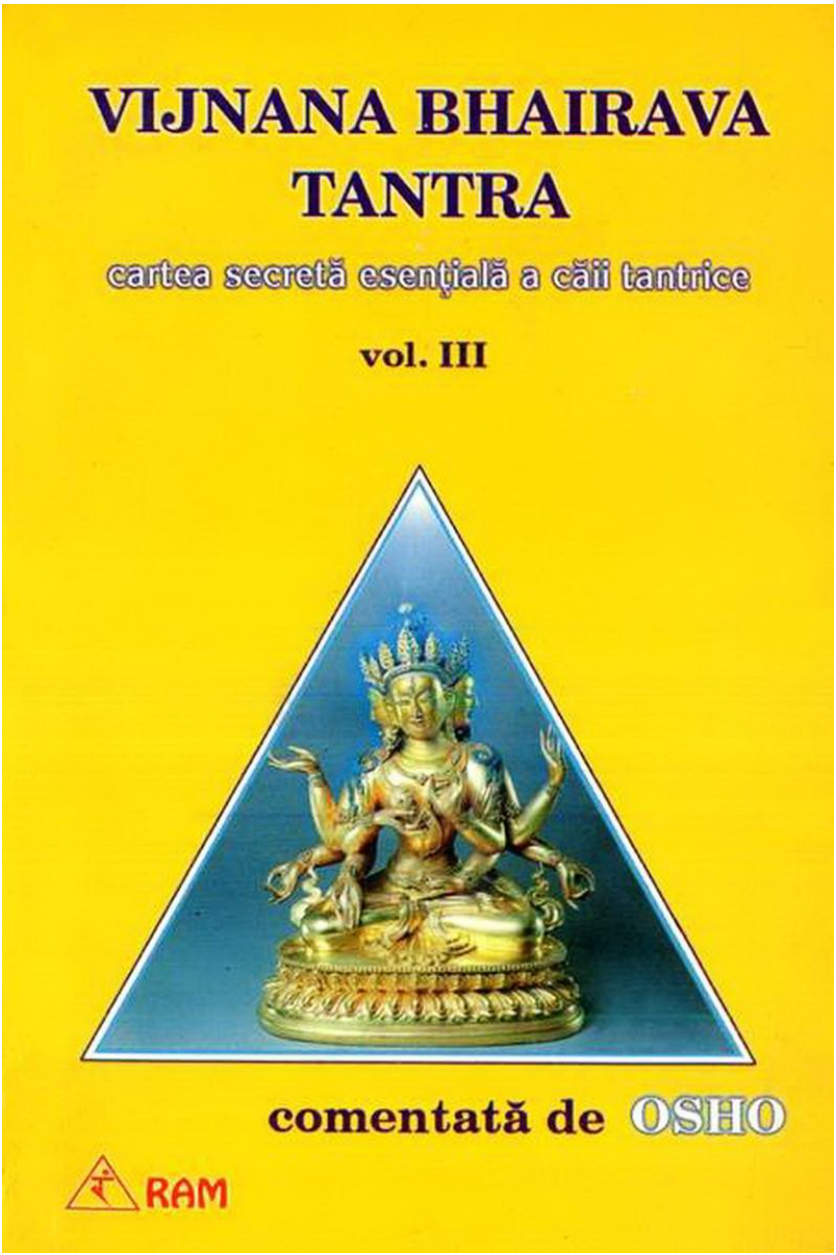

CARTEA SECRETĂ ESENŢIALĂ A CĂII TANTRICE

comentată de

OSHO
VIJNANA BHAIRAVA
TANTRA
VOL III

34. ÎNTOARCEREA CĂTRE INTERIOR, SPRE ADEVĂRATA REALITATE

24. II.1973, Bombay

SUTRE:

51. O, tu cea cu ochii ca de lotus, dulce la atins, când cânţi, când vezi, când guşti, fii conştientă că tu exişti şi descoperă nemurirea.

52. Oriunde este găsită satisfacţia, în orice act, reaminteşte – ţi asta.

53. În momentul adormirii, când somnul nu a venit încă şi veghea dispare, în acest punct Fiinţa este dezvăluită.

54. Iluzile amăgesc, culorile circumscriu, chiar şi divizibilul este indivizibil.

Civilizaţia înseamnă o îndreptare spre ireal. Tantra reprezintă procesul invers – ea îţi arată cum să nu devii ireal, iar dacă ai devenit deja ireal, ea îţi arată cum să ajungi la adevărata realitate, care este ascunsă în tine; îţi arată cum să iei din nou contact cu aceasta, cum să fii din nou real. Primul lucru care trebuie înţeles este procesul prin care devenim ireali şi odată înţeles multe lucruri se vor schimba imediat.

Omul este născut nedivizat. El nu este nici corp şi nici minte. Este ambele. Este corp-minte. Trupul şi mintea sunt două aspecte ale fiinţei sale şi nu două diviziuni – două polarităţi a ceea ce noi putem numi viaţă, energie sau oricum vrei să o denumeşti – X, Y, Z, – corpul şi mintea nu sunt două lucruri total distincte.

Chiar procesul civilizaţiei, al educaţiei, al culturii şi al condiţionării începe cu divizarea, fiecare este învăţat că el este două lucruri şi nu unul, astfel omul începe să devină identificat cu mintea sa. Procesul gândirii devine centrul tău, iar acest proces este doar o periferie a fiinţei tale. Acesta nu este centrul tău, deoarece tu poţi exista şi

fără gândire. Odată ai existat fără gândire: gândirea nu este o necesitate pentru a exista. Dacă pătrunzi adânc în meditaţie, *tu* vei fi şi acolo nu va mai exista niciun fel de gândire. De exemplu, eşti inconştient, *tu* vei fi acolo, dar gândirea nu va mai fi. Pătrunde somnul profund fără vise şi *tu* vei fi acolo fără să existe şi gândirea prezentă.

Gândirea există doar la periferie: fiinţa ta se află în altă parte – mult mai în adânc. Dar tu eşti învăţat mereu că eşti dual, corp şi minte – că eşti mintea şi controlezi corpul. Mintea devine stăpânul, iar corpul servitorul, astfel continui să lupţi cu trupul. Acest lucru creează o ruptură şi aceasta este o problemă.

Toate nevrozele se nasc chiar din această ruptură; toate anxietăţile apar din ea.

Fiinţa ta este înrădăcinată în corp şi corpul nu este ceva separat de Existenţă. El este parte din ea. Trupul este întregul univers. Nu este ceva limitat, finit. Poate că nu ai observat, dar încearcă să vezi unde se sfârşeşte corpul tău cu adevărat – unde? Crezi că se sfârşeşte acolo unde se termină pielea?

Dacă soarele este distrus instantaneu atunci şi tu vei muri. Dacă razele soarelui nu te vor mai atinge, tu nu te vei mai afla aici. Corpul nu poate exista fără soarele pe care îl consideri a fi atât de îndepărtat. Tu şi soarele sunteţi foarte legaţi unul de celălalt. El trebuie inclus în corpul tău; altminteri nu poţi exista. Tu eşti o parte din razele sale.

Dimineaţa, observi cum se deschid florile; înflorirea lor este, de fapt, chiar răsăritul soarelui. Noaptea ele se închid; închiderea lor este apusul soarelui. Ele nu sunt altceva decât razele soarelui. Tu exişti aici, deoarece acolo, atât de departe, există soarele. Pielea ta nu este doar ceea ce crezi că este. Ea este răspândită peste tot şi continuă să se răspândească; chiar şi soarele este inclus în ea. Tu respiri; poţi respira deoarece există atmosferă, deoarece eşti înconjurat de aer. În fiecare clipă inspiri şi expiri atmosferă.

Dacă pentru un singur moment nu mai există aer, tu

ai fi mort. Respiraţia este viaţa ta. Dacă este aşa, atunci înseamnă că întreaga atmosferă este o parte din tine. Nu poţi exista fără aceasta. Deci, unde se termină corpul tău? Unde este limita? Nu există nicio limită! Dacă pătrunzi în profunzime, dacă cercetezi cu atenţie nu vei găsi niciun fel de limită. Sau, altfel spus, limita universului este limita ta. Întregul univers este implicat în tine, deci corpul tău fizic nu este decât o parte a corpului tău; este universul tău în care eşti înrădăcinat. Mintea ta, de asemenea, nu poate exista fără corp. Ea este o parte din el, un proces al său.

Divizarea este distructivă şi prin aceasta vei ajunge în mod sigur la identificarea cu mintea. Tu gândeşti, dar fără gândire nu există niciun fel de divizare. Tu gândeşti şi devii identificat cu aceasta. Atunci simţi că posezi trupul. Dar aceasta este o modificare totală a adevărului. Tu nu posezi corpul; nici corpul nu te posedă pe tine. Corpul şi mintea nu sunt două lucruri în esenţă diferite. Existenţa ta este una, este o profundă armonie a polilor opuşi. Iar polii opuşi nu sunt niciodată divizaţi, ci uniţi. Doar atunci pot să devină poli opuşi. Şi opoziţia este bună. Aceasta creează întrecerea, competiţia – ea conferă energia. Este dialectică.

Dacă ai fi fost nepolarizabil, fără să ai în interior niciun fel de poli opuşi, atunci ai fi fost mort. Aceşti doi poli – corp şi minte – îţi conferă viaţa. Ei sunt opuşi şi în acelaşi timp complementari – fundamental uniţi. Un singur curent de energie curge în amândoi. Însă, odată ce noi ne identificăm cu procesul gândirii, credem că suntem centraţi în cap. Dacă picioarele îţi sunt tăiate nu vei simţi că tu eşti tăiat.

Vei spune: „Picioarele mele sunt tăiate”. Dar dacă îţi este tăiat capul, vei simţi că tu eşti tăiat – eşti ucis.

Dacă închizi ochii pentru a simţi unde te afli, vei simţi imediat că eşti în cap. Tu nu eşti acolo – deoarece în primul moment când ai intrat în viaţă, în pântecul mamei, când celula femeii şi a bărbatului s-au contopit, acolo nu exista niciun corp. Dar viaţa a început. Tu existai. În acea primă întâlnire a doua celule vii ai fost tu creat. Capul a

apărut mult mai târziu, dar fiinţa ta exista deja. Unde este fiinţa ta? Cu siguranţă nu în cap. Nu este nicăieri – sau poţi spune că este peste tot în corp. Ea nu este nicăieri; nu poţi arăta un loc în care ar putea fi. În momentul în care arăţi unde ar putea exista, pierzi totul. Este peste tot. Viaţa ta se află răspândită peste tot în tine. Şi nu numai peste tot în tine; dacă o urmăreşti, va trebui să mergi până la capătul universului. Este peste tot!

Odată cu identificarea „eu sunt mintea" totul devine fals. Devii ireal, deoarece această identitate este falsă. Această identificare trebuie distrusă. Tehnicile tantrice urmăresc tocmai acest lucru, să distrugă această identitate. Efortul tantrei este acela de a te face să rămâi fără cap, necentrat nicăieri sau, altfel spus, centrat peste tot. De ce umanitatea, fiinţele umane devin false şi ireale când sunt centrate în minte? Deoarece mintea este un epifenomen – un proces necesar, folositor, dar secundar; un proces care constă din cuvinte şi nu din realităţi. Cuvântul „iubire" nu este iubirea, cuvântul „Dumnezeu" nu este Dumnezeu. Mintea este constituită din cuvinte, dintr-un proces verbal şi astfel realitatea iubirii devine din ce în ce mai puţin semnificativă faţă de cuvântul „iubire", care va deveni mai important. Pentru minte, cuvântul este mai important. Dumnezeu devine mai puţin important decât cuvântul „Dumnezeu". Cuvintele devin importante şi astfel noi începem să trăim în cuvinte. Iar cu cât trăieşti mai mult în ele, cu atât devii mai gol şi vei pierde adevărata realitate care nu este constituită din cuvinte. Realitatea este Existenţa. Trăirea în minte este la fel ca şi cum cineva ar trăi într-o oglindă. Noaptea, dacă mergi la un lac liniştit fără valuri, lacul devine o oglindă. Poţi privi Luna oglindindu-se în lac, dar luna din lac este ireală – este doar o reflecţie. Reflecţia vine din real, dar ea nu este reală. Mintea este doar un fenomen de reflecţie. Realitatea este reflectată în ea, dar aceste reflecţii nu sunt reale. Iar dacă eşti prins în reflecţii vei pierde complet realitatea. De aceea, cu mintea, cu reflecţiile minţii totul fluctuează. Totul se schimbă. Un mic val, un vânt uşor va tulbura

mintea. Realitatea nu este tulburată, dar mintea este tulburată de orice. Mintea este un fenomen de reflecţie, iar noi trăim în minte.

Tantra spune să cobori din minte. Fiecare om trebuie să coboare de pe tronul pe care s-a înălţat, din propria minte. Uită de reflecţii şi îndreaptă-te spre Realitate. Toate tehnicile pe care le discutăm sunt preocupate de următorul lucru: cum să părăseşti mintea ca să poţi pătrunde în Realitate.

53. O, tu cea cu ochii ca de lotus, dulce la atins, când cânţi, când vezi, când guşti, fii conştientă că tu exişti şi descoperă nemurirea.

Noi trăim, dar nu suntem conştienţi de acest fapt. Nu există amintire de sine. Mănânci sau te plimbi, sau faci baie: în acţiune nu eşti conştient. În orice altceva există conştienţă, numai tu nu o ai. Copacii, casele, traficul, toate sunt conştiente că există. Tu eşti conştient de orice, de tot ce te înconjoară, dar nu eşti conştient de propria ta fiinţă – că exişti. Poţi fi conştient de întreaga lume, dar dacă nu eşti conştient de tine, această conştientizare este falsă. De ce? Deoarece mintea ta poate reflecta orice, dar nu te poate reflecta pe tine. Dacă eşti conştient de tine, atunci ai transcens mintea.

Amintirea-de-sine nu poate fi reflectată în minte, deoarece tu eşti dincolo de ea. Mintea nu poate reflecta decât lucruri care se află în faţa ei. Îi poţi vedea pe alţii, dar nu te poţi vedea pe tine. Ochii tăi pot vedea pe oricine, dar ei nu se pot vedea pe ei înşişi. Dacă vrei te vezi pe tine îţi trebuie o oglindă. Doar în oglindă te poţi vedea, dar pentru aceasta va trebui să stai în faţa unei oglinzi. Mintea ta este o oglindă şi poate reflecta întreaga lume. Însă nu te poate reflecta pe tine, deoarece nu poţi sta în faţa ei. Tu te afli întotdeauna în spate, ascuns după oglindă.

Această tehnică spune că, în timp ce faci ceva – cânţi, vezi, guşti – fii conştient că tu exişti şi descoperă nemurirea, descoperă înăuntrul tău curentul energiei – viaţa, veşnicia. Dar noi nu suntem conştienţi de noi înşine.

Gurdjieff, în Occident, folosea tehnica amintirii-de-

sine ca pe o tehnică fundamentală. Amintirea-de-sine este derivată chiar din sutra pe care o discutăm. Întregul sistem al lui Gurdjieff este bazat pe această sutra. Adu-ţi aminte de tine în orice faci. Este foarte dificil. Pare foarte uşor, dar vei uita. Nu-ţi poţi aminti de tine nici chiar pentru trei sau patru secunde. Vei avea sentimentul că îţi aduci aminte şi brusc vei fi trecut deja în alt gând. Va apărea chiar şi un gând de genul: „Ok, îmi aduc aminte de mine”. Dar acest gând nu este amintirea sinelui. În amintirea-de-sine nu mai există niciun gând; atunci vei fi complet gol. Iar amintirea de sine nu este un proces mental. Nu este ca şi cum spui: „Da, eu sunt”. Spunând aceasta, deja ai pierdut. Acesta este un lucru, un proces mental: „Eu sunt”.

Simte *Eu sunt*, nu cuvintele, ci „Eu sunt”. Nu verbaliza, doar simte că tu

V /V

eşti. Nu gândi, *simte*! Încearcă. Este dificil, dar dacă insişti vei reuşi. În timp ce mergi, adu-ţi aminte că tu eşti şi ai simţirea fiinţei tale, nu a gândului sau a ideii. Doar simte. Îţi ating mâna sau îmi pun mâna pe capul tău: nu verbaliza. Doar simte atingerea şi în acea trăire nu simţi doar atingerea, ci şi pe cel atins. Atunci conştiinţa ta se îndreaptă spre două părţi.

Plimbă-te printr-un parc; copacii sunt acolo, briza este acolo, soarele răsare. Aceasta este întreaga lume din jurul tău; tu eşti conştient de ea. Opreşte-te pentru un moment şi aminteşte-ţi brusc că tu eşti, dar nu verbaliza. Doar simte că tu eşti. Acest sentiment neverbal, chiar şi numai pentru un moment, îţi va da o străfulgerare – o străfulgerare pe care niciun fel de L.S.D.

nu ţi-o poate da, o străfulgerare a realului. Pentru un singur moment tu eşti aruncat înapoi în centrul fiinţei tale. Te afli în spatele oglinzii; ai transcens lumea reflecţiilor; tu eşti existenţial. Şi poţi face aceasta oricând. Nu ai nevoie de un anumit timp sau loc. Şi nu poţi spune: „Nu am timp”. O poţi face când mănânci, când faci baie, când te mişti sau stai – oricând. Nu contează ce faci, îţi poţi aminti brusc de tine şi apoi poţi urmări să menţii acea stare de trezire a

fiinţei tale.

Va fi dificil. Într-un moment o vei simţi că este acolo, în momentul următor vei pleca în altă parte. A apărut un gând, o reflecţie şi tu te-ai implicat în acea reflecţie. Dar nu fi trist sau dezamăgit. Acest lucru este natural să se întâmple, deoarece timp de vieţi întregi noi nu am făcut altceva decât să ne preocupăm de reflecţii. Iar asta a devenit pentru noi ceva foarte mecanic. Instantaneu, mecanic suntem aruncaţi în reflecţie. Dar dacă ai străfulgerarea chiar şi pentru un moment, aceasta este îndeajuns pentru început. Şi de ce este îndeajuns? Deoarece tu nu vei avea niciodată două momente deodată, întotdeauna cu tine se află doar un moment. Şi dacă ai străfulgerarea pentru o singură clipă, poţi rămâne în ea. Doar că este nevoie de efort – un efort continuu este necesar.

Îţi este dat un singur moment. Nu poţi avea două momente deodată, deci nu te îngrijora. Întotdeauna vei avea la dispoziţie doar o singură clipă. Iar dacă poţi deveni conştient în acel moment, atunci poţi fi conştient pentru întreaga viaţă. Acum trebuie să depui puţin efort. Oricând îţi aduci aminte, adu-ţi aminte de tine.

O, tu cea cu ochii ca de lotus, dulce la atins, când cânţi, când vezi, când guşti, fii conştientă că tu exişti şi descoperă nemurirea. Când sutra spune „fii

*

conştient că tu eşti”, ce vei face? Îţi vei aduce aminte cum te numeşti? Îţi vei aminti că aparţii unei anumite familii, religii sau tradiţii? Sau că aparţii unei ţări anume, unei caste sau doctrine? Îţi vei aminti că eşti comunist, hindus sau creştin? Ce îţi vei aminti?

Sutra spune să fii conştient că tu exişti; spune pur şi simplu: „Tu eşti” Nu este nevoie de nicio ţară, de niciun nume. Lasă doar existenţa să fiinţeze: tu eşti! Deci, nu-ţi spune cine eşti. Nu afirma: „Eu sunt cutare sau cutare” Doar fiinţează.

Acest lucru devine dificil, deoarece noi nu ne amintim niciodată de simpla existenţă. Ne amintim întotdeauna de

etichetă, nu de existenţa în sine. Ori de câte ori te gândeşti la tine, îţi va apărea în faţă numele, religia, ţara, sau multe alte lucruri, însă niciodată simpla trăire că tu exişti.

O poţi face: relaxează-te pe un scaun sau sub un copac, uită de totul şi simte – această „existenţă a ta". Nu simţi că eşti creştin sau hindus, budist, indian, german, englez – doar *eşti*. Realizează acest sentiment şi va fi uşor să-ţi aminteşti ce spune sutra: *Fii conştient că tu exişti şi descoperă nemurirea*.

Iar în momentul în care eşti conştient, eşti aruncat în curentul vieţii-veşnice. Falsul va dispărea, doar realul va rămâne.

De aceea este atât de puternică frica de moarte: deoarece irealul dispare. Acesta nu poate fi veşnic, iar noi suntem ataşaţi de el, suntem complet identificaţi cu el. Tu vei muri ca hindus; vei muri ca ateu sau comunist; vei dispărea ca nume şi formă. Iar când eşti ataşat de nume şi formă este şi normal să-ţi apară frica de moarte, însă realul, existenţialul este nemuritor. Odată ce numele şi forma sunt uitate, odată ce ai aruncat o privire în interior spre non-formă şi non-nume, atunci ai pătruns în etern.

Fii conştient că tu exişti şi descoperă nemurirea. Această tehnică te poate ajuta foarte mult. Ea a fost folosită de mulţi maeştri, timp de mii de ani; Buddha a folosit-o, Mahāvīra, Iisus, iar în timpurile mai apropiate de noi, Gurdjieff. Este una dintre cele mai puternice tehnici. Practic-o. Va dura ceva timp până să îşi arate efectele, dar trebuie practicată cu consecvenţă.

Uspensky a fost trimis de Gurdjieff să stea singur timp de trei luni şi să nu practice altceva decât amintirea-de-sine. De fapt, la început au luat parte la experiment 30 de persoane; la sfârşitul primei săptămâni 27 dintre ele au renunţat şi au plecat. Printre cei trei care au rămas se afla şi Uspensky, iar ei nu trebuiau să facă altceva decât să-şi amintească de ei înşişi – „eu sunt". Ceilalţi 27 au simţit că nu pot trece prin acel calvar şi au renunţat. Nu s-au mai întors niciodată la Gurdjieff.

De ce? În modul în care existăm, suntem cu adevărat

nebuni. Nu ştim cine suntem sau ce suntem, însă această nebunie este considerată a fi sănătoasă. Dacă încerci să contactezi realul, să revii la fiinţa ta adevărată, atunci vei fi considerat nebun. Dacă crezi şi simţi că starea actuală în care exişti este cea normală, atunci cealaltă stare în care poţi intra îţi va apărea ca fiind o nebunie.

După prima lună, Uspensky şi ceilalţi doi au început să aibă străfulgerări a Fiinţei Supreme. Au obţinut acel „eu sunt”. După a doua lună, „eu”-l a dispărut şi a rămas doar „existenţa”, doar „sunt”. „Eu”-1 este tot o etichetă. Fiinţa pură nu este subiectivă; doar există.

Iar la sfârşitul celei de-a treia luni s-a dizolvat chiar şi sentimentul existenţei. Atunci tu eşti şi cunoşti ce eşti. Înainte de acest moment, te poţi întreba mereu: „Cine sunt eu?” dar orice răspuns vei căpăta, acesta va fi dat de minte şi va fi doar ceva fals. Întreabă-te mereu: „Cine sunt? Cine sunt eu?” – şi vei ajunge la un punct în care toate răspunsurile dispar şi în care chiar şi întrebarea se va dizolva. Vei afla cine eşti doar atunci când dispare întrebarea.

Gurdjieff a încercat tehnica, dar a modificat-o, în sensul că trebuia doar să îţi aminteşti că tu eşti. Ramana Maharishi a lucrat cu aceeaşi metodă, dar a transformat-o într-o meditaţie: „Cine sunt eu”. Nu te încrede în niciun răspuns dat de minte. Ea îţi va spune: „Ce întrebare stupidă mai este şi asta?

Tu eşti cutare: bogat sau sărac, educat sau needucat”. Mintea va continua să îţi ofere tot felul de răspunsuri, dar continuă să te întrebi. Nu accepta niciun răspuns, deoarece orice răspuns este dat de minte. Acestea iau naştere din partea ta ireală: din cuvinte, din scripturi, din condiţionări, de la societate, de la unii, de la alţii. Continuă să te întrebi. Permite-i acestei săgeţi – „Cine sunt eu?” – să pătrundă în străfundurile tale. Va veni un moment în care răspunsurile vor înceta.

Atunci este momentul propice. Atunci te afli cu adevărat aproape de răspunsul real. În momentul în care nu mai apar niciun fel de răspunsuri, să ştii că eşti aproape

de răspunsul real – mintea devine tăcută. Când nu mai apare niciun răspuns şi în jurul tău se creează un vacuum, întrebarea va părea absurdă. Pe cine întrebi? Nu este nimeni care să îţi răspundă. Brusc, întrebarea se va opri. Şi odată cu întrebarea, se va dizolva şi ultima parte a minţii, deoarece şi întrebarea aceasta era tot a minţii. Răspunsurile şi întrebările sunt ale minţii. Ambele s-au dizolvat şi acum *tu exişti*.

Practic-o. Există posibilitatea, dacă insişti, ca această tehnicăsă-ţi dea o străfulgerare a Realului – iar Realul este veşnic.

54. Oriunde este găsită satisfacţia, în orice act, reaminteşte-ţi asta.

Când te simţi însetat, bei apă. Atunci obţii o satisfacţie subtilă. Uită de apă, uită de sete. Rămâi cu acea satisfacţie subtilă. Fii umplut de ea; simte-te satisfăcut.

Însă mintea este şmecheră, înşelătoare. Ea simte doar nemulţumirile, insatisfacţiile. Nu simte niciodată bucuria, satisfacţia, mulţumirea. Când ceva nu te satisface, vei simţi din plin această insatisfacţie. Când eşti însetat, simţi setea; dacă aceasta ia amploare, o vei simţi în tot corpul şi va veni un moment în care nu vei mai simţi că tu eşti însetat, ci vei simţi că ai devenit setea.

Suferinţele, durerile, insatisfacţiile sunt simţite foarte acut. Oricând suferi, tu devii suferinţa. De aceea, pentru majoritatea oamenilor întreaga viaţă a devenit un iad. Nu ai simţit niciodată pozitivul, ci numai negativul. Viaţa nu este chiar aşa o suferinţă cum am făcut-o noi; suferinţa aceasta este doar interpretarea noastră. Un Buddha este fericit aici şi acum. Un Krishna este fericit aici şi acum, dansează şi cântă la flaut. Dar noi, chiar în această viaţă, aici şi acum, suferim şi plângem. Viaţa nu este de fapt nici suferinţă şi nici fericire. Fericirea şi suferinţa sunt interpretările noastre, atitudinile noastre. Este chiar mintea ta – modul ei de interpretare.

Ţine minte aceasta şi analizează-ţi propria viaţă. Ai luat vreodată cunoştinţă de momentele de fericire, de satisfacţie sau de mulţumire pe care le-ai avut? Nu. Însă ai

cunoscut din plin suferinţele, mizeriile, durerile care se acumulează zilnic. Nu eşti altceva decât un iad, dar aceasta este alegerea ta. Nimeni nu te forţează să stai în iad – este numai alegerea ta. Mintea ia în seamă negativul, îl acumulează şi devine negativă. Iar această suferinţă o percepi chiar tu.

Cu cât ai o minte mai negativă, cu atât devii mai negativ. Cine se aseamănă se adună – iar acest lucru s-a întâmplat timp de vieţi întregi. Pierzi datorită interpretării tale negative.

Această tehnică îţi arată cum să abordezi totul în mod pozitiv, ea îţi transformă complet mintea şi modul ei de înţelegere. Oriunde *este găsită satisfacţia*, *în orice act*, *reaminteşte-ţi asta* – simte-o, devino una cu ea. Nu considera că este ceva trecător. Satisfacţia poate ajuta la ivirea unei existenţe pozitive.

Totul este doar o fereastră. Dacă devii identificat cu durerea, atunci priveşti printr-o anumită fereastră, cea a durerii şi a suferinţei, iar această fereastră se deschide numai spre iad. Când simţi şi chiar devii satisfacţia, fericirea sau extazul, atunci ai deschis altă fereastră. Existenţa este aceeaşi, însă tu priveşti prin tot felul de ferestre.

Oriunde este găsită satisfacţia, *în orice act*, *reaminteşte – ţi asta* – oriunde! Fără niciun fel de condiţii: oriunde! Vezi un prieten şi eşti bucuros; îţi întâlneşti iubita şi eşti fericit: reaminteşte-ţi asta. În acel moment, devino fericirea. Fă din ea o uşă care să te conducă dincolo. Atunci vei transforma mintea şi vei începe să acumulezi fericire. Mintea va deveni pozitivă şi vei vedea că lumea pe care o ştii va fi cu totul şi cu totul diferită.

Un călugăr zen, Bokuju, a spus: „Lumea rămâne la fel, doar mintea se schimbă. Totul rămâne la fel, însă eu nu mai sunt acelaşi”.

Tu încerci să schimbi lumea, dar oricât ai încerca, ea va rămâne aceeaşi, deoarece şi tu eşti acelaşi. Poţi avea o casă mai mare, o maşină mai nouă, un soţ sau o soţie mai frumoasă, dar nu vei schimba nimic prin acestea. Casa va

începe să ţi se pară mică. Soţia să vă urâţi. Maşina se va strica. Până când nu schimbi modul de funcţionare al minţii, toate vor rămâne neschimbate. Continui să schimbi lucrurile fără să încerci să te transformi pe tine. O persoană care suferă se poate muta dintr-o cocioabă într-un palat, dar va continua să sufere. Înainte era suferind în coliba pe care o avea; acum va suferi în palat. Suferinţa va fi mai fastuoasă, dar va exista.

Tu continui să îţi cari povara suferinţei peste tot pe unde mergi. Deci, niciun fel de schimbări exterioare nu te vor ajuta; sunt doar ceva de suprafaţă. Doar crezi că schimbi ceva, dar nu faci nimic. Singura transformare, singura revoluţie posibilă este aceea de a-ţi transforma mintea de la negativ la pozitiv. Când privirea îţi este focalizată pe suferinţă, vei trăi ca într-un iad; când privirea îţi este îndreptată spre fericire, iadul se transformă în rai. Încearcă! Această tehnică îţi poate schimba calitatea vieţii.

Dar tu eşti interesat doar de cantitate. Cum să ajungi mai bogat – cantitativ, nu calitativ. Poţi avea două case, două maşini, un cont bancar şi altele. Dar prin acestea doar cantitatea se schimbă, iar bogăţia adevărată nu este constituită din lucruri. Bogăţia constă din calitatea minţii, din calitatea vieţii tale. Chiar şi un sărac poate fi bogat în ceea ce priveşte calitatea.

Un bogat poate fi sărac, dacă se limitează doar la cantitate. Şi aproape peste tot se întâmplă acest lucru, deoarece o persoană preocupată de cantitate este inconştientă că înăuntrul său există o altă dimensiune – cea a calităţii. Iar această dimensiune se schimbă doar când mintea este pozitivă.

De mâine dimineaţă, ţine minte următorul lucru: oricând simţi că ceva te satisface sau îţi place, fii conştient de el. Iar pe tot parcursul zilei există multe momente în care poţi fi fericit. În orice clipă raiul te înconjoară, dar eşti atât de ataşat şi implicat în iad încât nu mai vezi nimic altceva. Soarele răsare, florile înfloresc, păsările cântă, vântul adie printre copaci. Priveşt e! Aceste minunăţii se întâmplă cu adevărat! Un bebeluş te priveşte cu ochii săi

inocenţi şi brusc te cuprinde o senzaţie de fericire; sau, cineva îţi zâmbeşte şi te simţi beatific.

Priveşte peste tot în jurul tău şi încearcă să descoperi fericirea. Iar când ai descoperit-o fii plin de ea şi uită de orice altceva. Gust-o, permite-i să apară în toată fiinţa. Fii una cu ea. Aroma şi parfumul ei te va urma pretutindeni. Va răsuna în tine întreaga zi, iar acest ecou te va ajuta să fii pozitiv.

Este un fenomen cumulativ. Dacă începi de dimineaţă, până seara ajungi să fii deschis chiar şi faţă de stele, de Lună, de noapte, de întuneric. Experimentează şi vei obţine senzaţia. Iar odată ce poţi simţi faptul că pozitivul te conduce spre o lume diferită – deoarece în acel moment devii diferit – nu vei mai renunţa la acesta. Accentul nu mai este pus pe negativ, ci pe pozitiv. Atunci vei privi lumea într-un mod cu totul diferit de până acum.

Îmi amintesc de o întâmplare. Unul dintre discipolii lui Buddha, Purnakashyapa, în timp ce îşi lua rămas bun, l-a întrebat pe Buddha: „Unde să mă duc? În ce parte să merg pentru ca să predic mesajul care l-am descoperit de la tine?”

Buddha i-a răspuns: „Poţi alege singur unde anume”.

Discipolul a spus: „Bine, atunci voi pleca spre Bihar, în Sooka. Da, mă voi duce în provincia Sooka”.

Buddha a zis: „Mai bine îţi schimbi alegerea, deoarece oamenii din acele locuri sunt foarte răi, cruzi, hoţi şi violenţi. Nimeni nu a îndrăznit să meargă acolo să-i înveţe iubirea, non-violenţa, compasiunea, bunătatea. Aşa că, te rog, schimbă-ţi alegerea”.

Însă Purnakashyapa a spus: „Permite-mi să merg, tocmai pentru că nu a fost nimeni. Cineva trebuie să meargă”.

„Atunci, înainte de a-ţi permite să pleci, îţi voi pune trei întrebări: Dacă cei de acolo te vor insulta şi umili, ce vei gândi?” – a întrebat Buddha.

„Voi gândi că sunt buni pentru că doar mă insultă. Puteau foarte bine să mă bată”.

Buddha a continuat: „Atunci iată a doua întrebare:

Dacă încep să te bată, ce vei gândi?”

„Voi gândi că sunt nişte oameni foarte buni. Puteau să mă omoare, dar nu o fac”.

„Dar dacă te ucid, în momentul morţii, ce vei gândi?” – a mai întrebat Buddha.

Purnakashyapa a zis: „Îţi voi mulţumi ţie şi lor. Dacă mă vor omorî, în felul acesta mă eliberează de o viaţă în care sunt posibile multe greşeli. Mă vor elibera şi pentru aceasta le voi fi recunoscător”.

Atunci Buddha a spus: „Acum poţi merge oriunde. Pentru tine, întreaga lume este un rai. Nu mai există nicio problemă. Lumea este un rai şi te poţi duce în orice loc doreşti”.

Pentru astfel de minte nu mai există nimic rău în lume. Prin mintea pe care o ai acum, nu există nimic bun în lume. Cu o minte negativă, totul este greşit – dar nu înseamnă că aşa este, ci mintea negativă nu poate vedea decât ceea ce este greşit.

Oriunde este găsită satisfacţia, în orice act, reaminteşte – ţi asta. Este un proces foarte delicat, dar şi foarte plăcut, deoarece cu cât pătrunzi mai mult în el, cu atât devine mai dulce. Vei fi umplut de o dulceaţă şi o aromă nouă. Caută tot ce este frumos şi uită complet de urât. Astfel, va veni un moment în care urâtul devine frumos. Doar caută momentul de fericire şi vei vedea că nu vei mai cunoaşte niciodată nefericirea. Nu vor mai exista momente de nefericire. Fii preocupat de fericire, iar mai devreme sau mai târziu suferinţa nu va mai exista. Printr-o minte pozitivă totul este înfrumuseţat.

55. În momentul adormirii, când somnul nu a venit încă şi veghea dispare, în acest punct Fiinţa este dezvăluită.

*

În conştiinţa omului există nişte puncte de hiatus. În aceste puncte eşti mai aproape ca oricând de centrul tău. De câte ori schimbi vitezele la o maşină, treci printr-un punct mort, neutru. La fel se întâmplă şi cu fiinţa ta: dimineaţa, când somnul dispare şi te simţi treaz, dar încă

nu eşti trezit, eşti undeva la mijloc, atunci te afli într-un punct mort, neutru. Există un punct în care nu eşti nici adormit şi nici treaz, eşti exact la mijloc. Atunci te afli în punctul neutru. Conştiinţa îşi schimbă „vitezele” atunci când trece de la somn la starea de veghe. În aceste treceri există o pauză, o spărtură, un hiatus prin care poţi avea o licărire a Fiinţei tale. Acelaşi lucru se petrece şi când treci de la starea de veghe la cea de somn, de la starea de conştienţă la cea de inconştienţă. Însă până ajungi la o stare, treci printr-un gol. Dacă atunci poţi fi conştient şi dacă îţi poţi aminti de tine, vei avea o străfulgerare a Fiinţei tale reale.

*

Cum poţi face acest lucru? În timp ce te culci, relaxează-te. Închide ochii şi aşteaptă. Stai în întuneric, relaxat şi aşteaptă. Nu acţiona deloc, doar aşteaptă! Somnul îşi va face apariţia. Corpul se relaxează, devine greu, dar tu trebuie să îl simţi. Simte-l. Somnul are propriul său mecanism prin care îşi începe funcţionarea.

Starea de veghe trebuie să dispară. Dar ţine minte: clipa aceea va fi foarte subtilă. Dacă o pierzi, o pierzi. Nu este o perioadă mare – este doar un singur moment, o pauză infimă şi ai adormit. Doar aşteaptă pe deplin conştient. Continuă să aştepţi. Nu vei putea reuşi din prima, va dura cel puţin trei luni până să poţi ajunge să obţii străfulgerarea acelui moment de mijloc. Deci, nu te grăbi. Nu o poţi reuşi chiar diseară. Important este să începi să o practici şi după câtva timp vei obţine şi rezultatele.

Însă, în mod normal, până în trei luni reuşeşti să ai licărirea. Nu poţi să îţi planifici o întâlnire între conştiinţă şi acel punct infim. Până la urmă ţi se va întâmpla. Într-o anumită zi, brusc devii conştient că nu eşti nici treaz şi nici adormit – un fenomen foarte ciudat. Dar nu îl vei cunoaşte decât atunci când nu te afli într-o stare anume. Primul impact cu el va fi destul de zguduitor, dar nu trebuie să te sperii sau să îţi fie frică. Tot ce este nou creează frică, necunoscutul creează teamă, dar după ce îl vei

experimenta vei deveni transformat. Vei avea un sentiment de genul: nu eşti nici mort şi nici viu. Este un abis.

Stările normale ale omului sunt ca nişte dealuri: sari de pe unul pe celălalt. Dacă rămâi la mijloc, cazi într-un abis fără fund – cazi şi cazi... Sufiştii au folosit şi ei această tehnică, dar pentru siguranţă au combinat-o cu alta. Căutătorul începător era pus să îşi imagineze că se prăbuşeşte într-o prăpastie sau o fântână adâncă, iar după aceea i se dădea tehnica propriu-zisă. Imaginează-ţi că te afunzi într-o fântână – cazi la infinit. Nu mai ajungi deloc la fund. Căderea nu se opreşte. Tu te poţi opri, poţi deschide ochii şi să spui că îţi este îndeajuns, dar căderea în sine nu se poate opri. Continuă şi vei simţi că fântâna devine din ce în ce mai întunecată.

O asemenea tehnică ajutătoare – a fântânii întunecate şi interminabile – trebuie practicată prima. Dacă ai practicat-o şi i-ai simţit frumuseţea, atunci vei simţi că, pe măsură ce cazi, tăcerea devine din ce în ce mai predominantă. Lumea este lăsată undeva în urmă, foarte departe. Tăcerea creşte odată cu întunericul. În acest moment frica îşi poate face apariţia, dar tu cunoşti faptul ca prăbuşirea este doar o imaginaţie şi poţi continua.

Această metodă te va pregăti pentru tehnica propriu-zisă. Dar atunci nu va mai fi o imaginaţie: va fi un fapt real. Abisul dintre stările fiinţei este fără fund. De aceea, Buddha a denumit acest abis, vacuitate – *shunya*. Nu are un final. Iar în momentul în care l-ai cunoscut, ai devenit nesfârşit. Este dificil să obţii o astfel de strălfulgerare în starea de veghe. De asemenea, este aproape imposibil să o obţii în starea de somn, deoarece este dificil să te desprinzi de mecanismul care pune în funcţiune starea pe care o ai. Dar există două momente – dimineaţa sau seara – când te poţi detaşa şi poţi avea strălfulgerarea, însă trebuie să aştepţi.

În momentul adormirii, când somnul nu a venit încă şi veghea dispare, în acest punct Fiinţa este dezvăluită.

Atunci ştii cine eşti, care este Fiinţa ta reală, Existenţa ta autentică. Ştii foarte bine că atunci când eşti

treaz eşti fals. Oricine este. Zâmbeşti în momente în care mai reale ar fi fost lacrimile. Sau plângi când simţi că îţi vine să râzi. Orice zâmbet este doar pictat, o mască lipită pe faţă. În el nu există rădăcini; zâmbetul se află doar pe buzele tale, doar pe faţă. Nu a pătruns absolut deloc în fiinţa ta. Este impus. Zâmbetul nu vine din interior spre exterior, ci a fost doar impus de undeva din afară.

Orice faci şi orice spui este fals – eşti complet inconştient! Dacă ai fi fost conştient ţi-ar fi fost destul de dificil să continui aceste automatisme. Această falsitate continuă chiar şi în somn – într-un mod diferit, bineînţeles. Visele tale sunt simbolice, nu reale. Este surprinzător faptul că până şi în vise nu eşti real, chiar şi în vise îţi este frică şi creezi tot felul de simboluri.

Psihanaliştii au o muncă foarte dificilă în dezlegarea viselor, deoarece acestea sunt simbolice. Mesajul lor este transmis metaforic. Dacă vrei să îţi omori mama şi să scapi de ea, atunci nu vei arăta aşa ceva nici măcar în vis. Vei ucide pe altcineva care seamănă cu ea. Nu poţi fi real nici măcar în vise. De aceea este nevoie de psihanaliză, pentru a interpreta visele. Dar poţi face o descriere a visului în aşa fel încât să îl păcăleşti chiar şi pe psihanalist.

Visele sunt complet false. Dacă eşti real în starea de veghe, atunci şi visele vor deveni reale. Nu vor mai fi simbolice. Atunci nu vei mai avea nevoie de nimeni care să îţi interpreteze visele. În vis eşti complet singur, dar încă îţi este teamă de societate.

A omorî propria mamă este cel mai mare păcat şi mă întreb dacă ştii de ce este considerat ca fiind cel mai mare păcat. Mulţi oameni simt duşmănie faţă de părinţii lor. Mintea este condiţionată de învăţătura care spune că, chiar să gândeşti că vrei să-ţi răneşti mama este un mare păcat. Ea este cea care ţi-a dat naştere. În toată lumea se spune acelaşi lucru. Nu există societate pe Pământ care să nu fie de acord cu faptul că a-ţi răni sau omorî mama este cel mai mare păcat. Ea ţi-a dat naştere şi tu o omori?

De ce există o asemenea învăţătură? Deoarece există posibilitatea ca, adânc în interior, omul să fie împotriva

mamei sale. Ea nu numai că ţi-a dat naştere, dar a fost şi instrumentul care te-a falsificat şi care ţi-a impus să devii ireal. Ea te-a făcut ceea ce eşti. Dacă te simţi ca într-un iad, ea are o mare contribuţie la acest lucru. Ea este cea care a început să te falsifice. Primul neadevăr apărut a fost între copil şi mamă. Prima minciună a apărut între voi doi – prima minciună!

Chiar dacă nu poate vorbi, copilul tot poate minţi. El îşi va da seama, mai devreme sau mai târziu, că multe dintre sentimentele sale nu sunt aprobate de mama sa. Ochii ei, chipul, comportarea ei arată că ceva anume nu apreciază la el. Şi astfel începe să reprime. Limbajul încă nu există, iar mintea încă nu funcţionează, dar întregul său corp începe să reprime. Copilul va şti ce apreciază şi ce nu apreciază mama sa la el.

El depinde de mamă; întreaga sa viaţă este în mâinile ei. Dacă îl părăseşte, va muri. Întreaga sa existenţă este centrată asupra mamei.

Tot ce mama spune, tot ce face şi arată este important. Dacă copilul zâmbeşte, mama îl iubeşte şi îi arată dragoste, căldură, îi dă lapte, îl îmbrăţişează şi astfel va apărea omul politic. Va zâmbi când nu simte să facă acest lucru. Dar prin aceasta îşi poate convinge mama. Va avea şi zâmbete false. Astfel apare în existenţă politicianul. Acum el ştie cum să falsifice, iar acest lucru îl învaţă în prima sa relaţie – cea cu mama. Când va deveni conştient de suferinţa sa, de iadul şi confuziile în care trăieşte, va observa că şi mama sa este ascunsă pe acolo.

Mulţi oameni simt duşmănie faţă de părinţi. Însă eu nu sfătuiesc pe nimeni să se răzbune pe părinţi, am vrut doar să arăt faptul că nici visele pe care le ai nu sunt reale – sunt simbolice. Eşti atât de fals încât nu poţi avea nici măcar un vis real.

Iată cele două feţe pe care le are orice om: una în timp ce este treaz şi una în timp ce doarme. Între aceste două stări există o uşă, o portiţă mică prin care poţi avea o licărire a feţei tale originare, când nu erai legat de mama ta şi prin ea de societate; când erai singur cu tine însuţi;

când tu erai, lipsit de orice divizare şi în care exista doar r calul. Poţi avea o străfulgerare a acestei feţe inocente.

Psihanaliza este preocupată mai mult de starea de somn, deoarece ştie că în starea de veghe, omul este mincinos. Prin vise se mai poate descoperi câte ceva despre tine. Când dormi eşti mai puţin conştient şi atunci nu mai forţezi, nu mai manipulezi, nu mai impui. În starea de veghe poţi afirma că eşti un ascet, un călugăr, dar dacă ai devenit abstinent prin reprimarea energiei sexuale acest lucru va fi imediat simţit în visele pe care le ai. Este dificil să găseşti un călugăr care să nu aibă vise erotice. Mai repede găseşti un criminal care să nu aibă vise erotice decât un om religios.

Psihanaliştii nu sunt preocupaţi de starea de veghe, deoarece ei cunosc faptul că aceasta este complet falsă. Doar în vise mai poate fi găsit ceva real.

Însă ştiinţa tantrică afirmă că nici visele tale nu sunt foarte reale. Vei exprima prin vise ceea ce ai reprimat, dar o vei face în mod simbolic.

Peste tot în lume simbolurile sunt asemănătoare. Oriunde în lume limbajul visului este acelaşi. Când este reprimată energia sexuală, atunci acolo vor apărea aceleaşi simboluri. Dacă este suprimată nevoia de hrană, acest lucru va putea fi observat la orice om, indiferent în ce ţară sau continent trăieşte. Dar există şi probleme în interpretarea viselor, deoarece un Freud va interpreta într-un anumit fel un simbol, un Jung o va face în mod diferit, iar un Adler în cu totul altă manieră. Dacă ajungi să fii analizat de o sută de analişti, vei avea o sută de interpretări. Vei deveni mai confuz decât erai înainte. Tantra spune că omul nu este real nici în starea de veghe şi nici în cea e somn. Real eşti doar între acestea.

Aşa că nu te mai preocupa de starea de veghe şi nici de ce a somnului profund sau a somnului cu vise. Caută acea spărtură, acea portiţă şi fii conştient de ea.

În timp ce treci de la o stare la alta caută acel hiatus şi când îţi va apărea străfulgerarea vei şti imediat cum să o redobândeşti oricând vrei. Atunci tu devii stăpânul ei. Ai

cheia şi poţi deschide uşa oricând doreşti şi poţi intra în ea. În faţa ta se va deschide imediat o dimensiune diferită a fiinţei – o dimensiune reală.

56. Iluziile amăgesc, culorile circumscriu, chiar şi divizibilul este indivizibil.

Aceasta este o tehnică rară şi nu prea folosită. Unul dintre cei mai mari mistici ai Indiei, Shankara, a folosit-o bazându-şi pe ea întreaga sa filosofie. Shankara spune că totul este iluzie – *maya* – orice vezi sau auzi sau simţi. Nu este ceva real, deoarece realul nu poate fi contactat prin simţuri. Mă auzi, iar eu îmi dau seama că mă auzi: dar acesta poate fi un vis şi nu există nicio modalitate prin care să ne dăm seama dacă este sau nu un vis. Eu poate doar visez că mă asculţi. Pot eu afla dacă acesta este un vis sau o realitate? Nu există nicio cale.

Chuang Tzu a visat într-o noapte că a devenit un fluture. Dimineaţa, era trist – culmea este că toţi îl cunoşteau ca fiind un om vesel. Atunci s-au adunat discipolii săi şi l-au întrebat: „Maestre, de ce eşti trist?”

„Din cauza unui vis” – a răspuns Chuang Tzu.

Discipolii nu l-au crezut şi au continuat: „Cum? Din cauza unui vis? Chiar tu ne-ai învăţat întotdeauna să nu fim trişti chiar dacă întreaga lume ne îndreaptă spre tristeţe. Iar acum tu ai devenit trist doar din cauza unui singur vis? Ce vrei să spui prin asta?”

Chuang Tzu a răspuns: „A fost un vis care mă face să sufăr şi care mă cufundă în confuzie. Am visat că am devenit un fluture”.

Discipolii au întrebat: „Şi ce-i cu asta?”

„Iată care este problema” – a răspuns maestrul: „Dacă Chuang Tzu poate visa că devine un fluture, atunci de ce nu se poate şi invers? Şi fluturele poate visa că a devenit Chuang Tzu. De aceea sunt tulburat. Ce este bun şi ce este greşit? Ce a fost real şi ce a fost ireal? Oare Chuang Tzu este cel care a visat că a devenit un fluture sau fluturele este cel care a visat că a devenit Chuang Tzu? Dacă una este posibilă, atunci şi cealaltă este la fel de posibilă”. Se spune că Chuang Tzu nu a putut depăşi

această dilemă întreaga sa viaţă.

Cum pot eu decide că acum nu visez că vorbesc? Prin simţuri nu este posibilă nicio decizie, deoarece în timpul visării visele par reale, la fel de reale ca orice altceva. Când visezi, întotdeauna simţi că tot ceea ce se petrece în vis este ceva real. Dacă visele pot fi simţite ca reale, atunci de ce nu ar putea şi realitatea şi simţită ca un vis? Shankara afirmă că prin simţuri nu există nicio posibilitate de a afla dacă un lucru este real sau ireal. Iar dacă nu există o asemenea posibilitate, Shankara, denumeşte această lume ca fiind *maya* – iluzorie. Iluzia însă nu înseamnă ireal.

Iluzia înseamnă imposibilitatea de a decide ceea ce este real şi ceea ce este ireal – ţine bine minte acest lucru.

În limbile occidentale, cuvântul „maya” tradus ca „iluzie” înseamnă irealitate. Dar *maya*, de fapt înseamnă inabilitatea de a decide dacă un lucru este real sau ireal. Această confuzie este *maya*.

Întreaga lume este *maya* – confuzia între real şi ireal. Nu poţi decide; nu poţi fi sigur de un lucru. Acesta îţi va scăpa mereu, se va transforma în altceva. Este o fantezie, un vis. Tehnica pe care o discutăm se ocupă tocmai de acest subiect: *Iluziile amăgesc*, *culorile circumscriu*, *chiar şi divizibilul este indivizibil*. În această lume a iluziei nimic nu este sigur. Lumea în care trăim este precum un curcubeu. Pare ca fiind real, dar nu este. Dacă eşti departe îl poţi vedea, dar când te apropii deja a dispărut. Cu cât te apropii mai mult, cu atât dispare mai repede.

Întreaga lume în care trăim este la fel ca un curcubeu. Când te afli undeva departe de el, totul este plin de speranţe; când te apropii totul se spulberă. Când ajungi la orizont nu vei găsi decât cenuşă. Culorile au dispărut şi nu mai este nimic din tot ce vedeai. Imediat ce le percepi, deja au dispărut.

Chiar şi divizibilul este indivizibil. Toate filosofiile şi conceptele, toate ideile şi visele tale sunt nefolositoare. Dacă încerci să înţelegi această iluzie, chiar acest efort te va face să devii mai confuz. Nimic nu este sigur; totul este

incert – un flux, un flux al schimbărilor în care nu ai nicio posibilitate să decizi dacă ceva anume este fals sau adevărat. Ce se va întâmpla dacă conştientizezi această eternă schimbare? Atunci, chiar în acea clipă, în mod spontan, te vei întoarce spre tine însuţi. În acel moment, singurul loc în care poţi avea un centru este în propria fiinţă. Acest lucru este sigur.

Încearcă să înţelegi următorul lucru: pot visa că am devenit un fluture şi pot decide în vis ce este real şi ce este ireal. Dar dimineaţa pot să mă afund în aceeaşi dilemă ca Chuang Tzu. Acestea sunt două vise şi nu există nicio cale de a compara ceea ce este real şi ceea ce este ireal.

Chuang Tzu însă pierde din vedere un lucru: visătorul. El analizează şi compară visele, dar astfel pierde din vedere *visătorul* – pe cel care visează că Chuang Tzu a devenit un fluture, pe cel care gândeşte că poate exista şi reversul: că şi fluturele poate visa că a devenit Chuang Tzu. Cine este acest martor, acest observator? Cine era adormit şi este acum treaz? Tu poţi fi ireal, pentru mine poţi fi un vis; dar eu nu pot fi un vis pentru mine însumi, deoarece chiar şi pentru existenţa unui vis este nevoie de existenţa unui visător. Chiar şi pentru un vis fals este nevoie de un visător. Niciun vis nu poate exista fără un visător. Deci, uită de vis. Această tehnică spune să uiţi de vis. Întreaga lume este o iluzie, tu însă nu eşti. Aşa că nu te pierde în lume, în ea nu există nicio posibilitate de a obţine certitudinea. Acest lucru este dovedit chiar şi de ştiinţă.

În ultimele trei secole, ştiinţa a însemnat certitudine, iar Shankara apărea ca fiind o minte poetică, visătoare, filosofică…

În ultimii douăzeci de ani, ştiinţa a devenit nesigură. Marii cercetători spun că nimic nu este sigur în privinţa materiei. Totul este un flux schimbător. Doar aparenţa arată certitudine. Cu cât pătrunzi mai adânc, cu atât totul devine nesigur şi nedefinit. Shankara spune acelaşi lucru ca şi sistemul tantric: lumea este iluzorie. Tantra a folosit această tehnică cu mult înaintea naşterii lui Shankara.

Dacă poţi să te gândeşti la lume ca şi ind un vis – dacă poţi realiza că totul este un vis – atunci întreaga focalizare a conştiinţei tale se va întoarce în interior, deoarece acolo există o profundă nevoie de a găsi Adevărul, Realul.

Dacă întreaga lume este ireală, atunci înseamnă că în ea nu există niciun fel de adăpost. Nu faci altceva decât să urmăreşti umbre şi să îţi pierzi timpul şi energia. Îndreaptă-te spre interior. Un lucru este sigur: „Eu sunt”! Chiar dacă întreaga lume este iluzorie, un lucru este cert: există cineva care cunoaşte faptul că aceasta este iluzorie. Cunoaşterea şi cunoscutul pot fi iluzorii, dar nu şi cunoscătorul. Aceasta este singura certitudine, singura piatră pe care poţi sta.

Această tehnică spune să priveşti lumea: ţine minte, ea este un vis, o iluzie în care nimic nu este aşa cum arată. Este doar un curcubeu. Pătrunde adânc în acest sentiment şi vei fi aruncat în tine însuţi. Atunci vei ajunge la adevăr, la siguranţă. În tine însuţi vei cunoaşte ceva ce este indubitabil, vei întâlni ceva care este Absolut.

Ştiinţa nu poate fi niciodată absolută. Aceasta este relativă. Doar religia poate fi absolută, deoarece ea nu caută visul ci pe visător, pe martor, pe observator, pe văzător, pe cel care este treaz şi conştient.

36. DE LA MAYA CĂTRE ADEVĂRATA REALITATE

25. II.1973, Bombay

ÎNTREBĂRI:

1. Cum poate amintirea-de-sine să transforme mintea?

2. Dacă trebuie pus accentul pe pozitiv, acest lucru nu înseamnă oare o alegere care este împotriva acceptării realităţii totale?

3. Care este rolul şi importanţa unui guru în această lume iluzorie?

A

1. În ce fel poate practica amintirii-de-sine să transforme mintea umană?

Omul nu este centrat în el însuşi. El se naşte centrat, dar societatea, educaţia, familia şi cultura îl împing în

afara centrului. Deci, fiecare devine descentrat, excentric. Acest lucru se petrece datorită unui motiv foarte simplu: supravieţuirea. Fiecăruia i se impune o disciplină – nu i se permite libertatea. Dacă i s-ar permite libertate totală, atunci el va trăi centrat, va fi spontan, va trăi cu el însuşi.

Un asemenea om va fi original. Va fi autentic şi nu îi va trebui nicio practică a amintirii-de-sine. Nu va avea nevoie de niciun fel de meditaţie, deoarece nu se va afla în afara centrului: va rămâne cu el însuşi – centrat, înrădăcinat în propria sa fiinţă, în propriul suflet. Dar acest lucru nu a fost încă posibil. Societatea creează boala.

Religia este terapeutică. În momentul în care se poate dezvolta o societate umană bazată pe libertate, atunci nu va fi nevoie de nicio religie. Este nevoie de o terapie datorită faptului că noi toţi suntem bolnavi. Sunt necesare metode de centrare deoarece noi toţi ne aflăm în afara centrului. Însă este dificil de creat o asemenea societate.

Copilul trebuie disciplinat. Dar ce faci atunci când îl disciplinezi? îi impui ceva ce pentru el nu este natural. Îi spui şi îi ceri să facă ceva ce nu

*

simte. Îi distrugi spontaneitatea. Îl vei pedepsi, îl vei aprecia, îl vei mitui – vei face totul ca să-l faci să facă parte din societate – să îl îndepărtezi de fiinţa sa naturală. Îi vei crea în minte un centru care nu exista, iar acest centru se va dezvolta şi cel natural va fi uitat, va trece în inconştient.

Acelaşi lucru se întâmplă şi cu tine: centrul natural a trecut în inconştient, iar în conştient şi-a făcut apariţia un centru artificial.

Nu există nicio diviziune între conştient şi inconştient – diviziunea este creată artificial. Tu eşti doar conştiinţă. Această divizare apare deoarece centrul real al fiinţei tale a fost băgat într-un colţ întunecat. Nu mai ai contact cu acest centru; nu ţi se permite să fii în contact cu el. Tu însuţi ai devenit inconştient de faptul că ai un centru. Trăieşti aşa cum te-a învăţat societatea, cultura, familia – o viaţă falsă.

Iar pentru această viaţă falsă este necesar un centru fals. Acest centru fals este ego-ul. De aceea, în orice faci nu vei fi niciodată fericit – deoarece doar centrul real poate exploda şi poate ajunge la o culme de fericire. Centrul fals este un joc de umbră. Te poţi juca cu el, poţi spera, dar în final nu îţi va apărea decât frustrarea. Aceasta va apărea datorită falsităţii.

Într-un fel, totul te forţează să nu fii tu însuţi, iar acest lucru nu poate fi schimbat doar spunând că este o greşeală, deoarece societatea are propriile sale nevoi. Un copil născut este precum un animal – spontan, centrat, şi foarte independent. El nu poate deveni parte a nici unei organizaţii. El reprezintă o problemă. Trebuie să fie cultivat şi transformat. Iar prin acest proces este scos din centru.

Noi trăim la periferie şi trăim numai în măsura în care ne permite societatea. Libertatea noastră este falsă, deoarece regulile jocului sunt atât de înrădăcinate în tine, încât simţi că alegi una sau alta – dar nu tu eşti cel care o face. Alegerea apare din mintea cultivată, iar acest lucru continuă într-un mod mecanic.

Îmi aduc aminte de un bărbat care s-a căsătorit cu opt femei. De prima soţie a divorţat destul de repede. Când a trebuit să se însoare cu cea de-a doua, a fost foarte-foarte atent – deoarece nu dorea să repete aceleaşi greşeli ca în prima căsătorie. A calculat toate posibilităţile şi a crezut că această femeie nouă va fi total diferită de prima. Dar nici nu s-a terminat bine luna de miere şi noua nevastă s-a dovedit a fi identică cu prima. În şase luni, mariajul său a fost din nou spulberat. La cea de-a treia femeie a fost şi mai precaut, dar s-a întâmplat acelaşi lucru.

A repetat acest lucru de opt ori şi fiecare femeie s-a dovedit a fi la fel ca cea anterioară ei. Ce s-a întâmplat? Cel care alegea era inconştient. Alegătorul era acelaşi şi implicit alegerea urma să fie aceeaşi. Iar acest alegător acţionează în mod inconştient.

Fiecare continuă să facă tot felul de lucruri şi chiar încearcă să schimbe lucrurile exterioare, dar fiecare

rămâne acelaşi. Tu rămâi în aşa ra ta. Orice faci, chiar dacă pare a fi diferit, în final se dovedeşte a fi la fel. Rezultatele, consecinţele sunt întotdeauna aceleaşi.

Nu tu eşti cel care alege. Nu eşti liber. Alegerea este un lucru mecanic. Mintea este la fel ca o bandă magnetică. Oamenii de ştiinţă spun că pe ea încep să se imprime lucrurile încă de la vârsta de doi sau trei ani. Astfel ajungi să repeţi aceleaşi acţiuni într-un mod mecanic. Te mişti într-un cerc vicios.

Copilul este forţat să iasă din centru. El trebuie să fie disciplinat; trebuie să înveţe să asculte. Iar noi preţuim foarte mult supunerea. Aceasta distruge pe oricine, deoarece supunerea nu te lasă să existi în centru: celălalt este centrul, tu doar îl urmezi orbeşte.

Educaţia este necesară pentru supravieţuire. Însă noi facem din aceasta o scuză pentru a supune. Forţăm pe oricine să fie supus şi ascultător. Supus faţă de cine? Întotdeauna faţă de altcineva – tata, mama, oricine altcineva. De ce se insistă atât de mult asupra faptului de a fi ascultător? Deoarece tatăl tău, la rândul său, a fost şi el condiţionat să asculte. Părinţii au trecut prin aceleaşi mecanisme de reprimare şi supunere, iar acum vor repeta acelaşi lucru cu copiii lor. Astfel, continuă să existe acest cerc vicios.

Libertatea este ucisă şi odată cu ea îţi pierzi centrul. Acesta nu este distrus; centrul nu poate fi distrus cât timp trăieşti. Poate că ar fi fost mai bine dacă putea fi distrus, atunci ai fi fost mai liniştit cu tine însuţi. Dacă ai fi fost complet fals fără să existe în interior un centru real, atunci ai fi fost complet liniştit. Nu ar mai fi existat niciun fel de anxietate, niciun fel de lupte.

Conflictul apare în existenţă datorită faptului că realul rămâne ascuns. El rămâne în centru, iar la periferie se creează un centru fals. Astfel, între aceşti doi centri se creează o tensiune, o luptă constantă. Acest lucru trebuie schimbat, iar pentru aceasta nu există decât un singur mod de acţiune: falsul trebuie să dispară, iar realul să îşi reia locul cuvenit. Trebuie să te reînrădăcinezi în fiinţa ta;

altminteri vei continua să suferi.

Falsul poate să dispară. Realul nu poate dispărea până când nu mori. Cât timp trăieşti, realul va fi cu tine. Societatea nu poate face în privinţa lui decât un singur lucru: să îl ascundă undeva în interior, să creeze o barieră care să te oprească să devii conştient de existenţa sa. Îţi poţi aminti de vreun moment al vieţii în care ai fost spontan, când ai trăit în prezent – când ai fost tu însuţi fără să urmezi pe nimeni altcineva?

Am citit despre amintirile unui poet. Când i-a murit tatăl, poetul plângea, iar la un moment dat s-a dus spre corpul neînsufleţit al părintelui său şi l-a sărutat pe frunte spunându-i: „Acum, că eşti mort, pot face acest lucru. Am dorit întotdeauna să te sărut pe frunte, dar când erai în viaţă îmi era imposibil. Îmi era foarte teamă de tine”.

Poţi săruta cu adevărat doar cadavrul părintelui. Altminteri, chiar dacă părintele îţi permite să îl săruţi, acolo nu va exista un sărut autentic. Un băiat nu poate să îşi sărute mama în mod spontan, deoarece există teama sexuală; corpurile lor nu pot veni în contact. Totul este fals. Există frică şi falsitate – nu există libertate, spontaneitate, iar centrul tău real nu poate funcţiona decât atunci când eşti spontan şi liber.

Acum vei fi capabil să înţelegi atitudinea mea faţă de întrebarea care mi-a fost pusă şi care sună cam aşa: „În ce fel practica amintirii-de-sine transformă mintea umană?”

Ea te va înrădăcina, vor apărea rădăcini în centrul tău real. Prin amintirea-de-sine uiţi totul, în afară de tine; uiţi de societate, de lume, de familie, de legături. Doar îţi aminteşti cine eşti.

Această amintire nu îţi este dată de societate. Această amintire-de-sine te va detaşa de tot ce este periferic şi superficial. Iar dacă îţi poţi aminti, vei ajunge în propria fiinţă. Ego-ul va rămâne la periferie şi îl vei putea vedea. Îl vei putea observa ca pe orice alt obiect. Iar odată ce eşti capabil să-ţi vezi ego-ul sau centrul fals, nu vei mai fi fals niciodată.

Ai nevoie de acest centru fals, deoarece trăieşti într-o

societate falsă. Acum însă vei fi capabil să îl foloseşti şi nu te vei mai identifica niciodată cu el. Va fi doar un instrument. Vei trăi în adevăratul tău centru. Acum vei şti că poţi fi liber şi spontan. Amintirea-de-sine te transformă, deoarece aceasta îţi dă posibilitatea de a fi din nou tu însuţi – şi a fi tu însuţi este finalul, este absolutul.

Culmea tuturor posibilităţilor şi potenţialităţilor este Divinul. Dumnezeu nu este trecutul, ci reprezintă viitorul tău. Ai auzit mereu că Dumnezeu este tatăl. Mai bine spus, este fiul şi nu tatăl, deoarece el va evolua, va răsări din tine. Spun că Dumnezeu este fiul, deoarece tată înseamnă trecut, iar fiu înseamnă viitor.

Poţi deveni divin, o Fiinţă Divină se poate naşte din tine; dacă eşti autentic cu tine însuţi, înseamnă că ai făcut deja pasul cel mai important. Te îndrepţi spre divinitate, spre libertatea totală. Sclav fiind, nu poţi păşi. Dacă eşti o persoană falsă, nu vei găsi o cale care să te conducă spre Divin, spre ultima posibilitate, spre ultima înflorire a fiinţei tale. Mai întâi trebuie să fii centrat în tine însuţi. Amintirea-de-sine te va ajuta să faci acest lucru; nimic altceva nu te poate transforma. Prin centrul fals nu poate exista dezvoltare, evoluţie, doar acumulare – şi trebuie să ţii minte distincţia dintre dezvoltare şi acumulare. Prin centrul fals poţi acumula bogăţii, cunoaştere – dar acolo nu va exista o înflorire. Dezvoltarea apare doar din centrul real. Dezvoltarea nu este o acumulare; tu nu eşti împovărat de aceasta. Acumularea este însă o povară.

Poţi cunoaşte multe lucruri fără să cunoşti nimic. Poţi cunoaşte multe despre iubire fără ca să cunoşti iubirea însăşi. Aceasta este o acumulare. Dacă cunoşti iubirea, aceasta este o dezvoltare. Prin centrul fals nu poţi iubi, însă poţi cunoaşte multe despre iubire. Iubirea nu apare decât centrului real. Doar acest centru real şi autentic poate să se maturizeze. Cel fals nu face altceva decât să se îngraşe, să devină din ce în ce mai mare fără ca acolo să existe o maturitate. Centrul fals este o creştere canceroasă, o acumulare care te împovărează ca o boală.

Însă poţi face un lucru: îţi poţi schimba pe deplin

atenţia. De la fals îţi poţi îndrepta ochii spre real. Iată ce se înţelege prin amintire-de-sine: în orice faci adu-ţi aminte de tine – că *tu* eşti. Nu uita.

Chiar această aducere aminte va da o realitate autentică oricărei acţiuni întreprinse. De exemplu, iubeşti – adu-ţi aminte că tu eşti; altminteri vei iubi dintr-un centru fals. Atunci nu vei face altceva decât să pretinzi – nu vei putea iubi. De exemplu, te rogi – mai întâi, aminteşte-ţi că tu eşti; altfel, rugăciunea va fi un non-sens. Şi nu vei păcăli pe nimeni, decât pe tine însuţi.

Adu-ţi aminte de tine. Acest „eu sunt" trebuie să te urmeze ca o umbră. Atunci aceasta îţi va apărea chiar şi în somn. Când o poţi face pe tot parcursul zilei, vei ajunge să îţi aminteşti chiar şi în somn, în vise.

Când vei ajunge să îţi aminteşti de tine însuţi chiar şi în timpul viselor, atunci ai ajuns în centru. Acum falsul nu mai există; povara a dispărut. Acum îl poţi folosi ca pe orice instrument utilitar. Nu mai eşti un sclav; ai devenit stăpânul.

Krishna spune în Bhagavad-Gita că yoghinul, noaptea, în timp ce toţi sunt cufundaţi în somn, el nu doarme – este treaz. Însă nu sugerează că trăieşte fără să doarmă. Somnul este o necesitate. Atunci ce vrea să spună? Doar că yoghinul îşi aminteşte de el însuşi chiar şi în somn. Somnul se află la periferie, iar în centru amintirea-de-sine.

Un yoghin îşi aminteşte chiar şi în timpul somnului că el este, iar tu nu eşti conştient de tine nici când eşti treaz. Mergi pe stradă, dar nu îţi aminteşti

*

că tu eşti. Încearcă şi vei simţi o schimbare. Încearcă să îţi aminteşti că tu eşti. Brusc îţi va apărea o uşurare şi te vei simţi uşor şi despovărat; devii lipsit de greutate. Atunci eşti aruncat în centrul tău real. Însă este destul de dificil de realizat acest lucru, deoarece noi suntem identificaţi cu centrul fals. Îţi va lua ceva timp. Însă nicio transformare nu este posibilă până când această practică a amintirii-de-sine nu devine lipsită de efort. Adu-ţi aminte

de tine; altminteri nicio transformare nu este posibilă.

2. Seara trecută ai spus că fiecare trebuie să vadă în viaţă aspectele pozitive ale acesteia şi că nu trebuie pus accentul pe nega tiv. Dar aceasta nu este tot o alegere? Acest lucru nu este cumva o împotrivire faţă de acceptarea şi întâlnirea cu realitatea totală – aşa cum este ea?

Este o alegere, dar un om care este negativ nu poate face o săritură direct spre nealegere. Este imposibil să poţi ajunge în starea de non-alegere dacă eşti negativ, deoarece mintea nu mai poate vedea decât urâtul, suferinţa, moartea. Atunci nu poţi vedea în viaţă niciun element pozitiv. Şi ţine minte: este dificil să renunţi sau să părăseşti suferinţa.

Poate părea ciudat când spun aşa ceva, dar este dificil să renunţi la suferinţă; este mai uşor să renunţi la fericire. Este mai uşor să faci saltul atunci când eşti fericit, deoarece odată cu fericirea apare şi curajul, odată cu ea se deschide posibilitatea unei fericiri mai mari, când eşti fericit întreaga lume arată ca un cămin. Prin suferinţă, întreaga lume arată ca un iad şi acolo nu mai există speranţa; totul este lipsit de speranţă.

Atunci nu mai poţi face nicio săritură. În suferinţă, omul devine laş şi el se agaţă de aceasta, deoarece a mai trecut prin ea şi o cunoaşte.

Când eşti nefericit nu poţi fi aventurier. Pentru aventură ai nevoie de existenţa unei stări de fericire. Atunci poţi părăsi cunoscutul. Eşti atât de fericit încât nu ţi-e teamă de necunoscut. Şi fericirea a devenit pentru tine un fenomen atât de profund încât ştii că oriunde te-ai afla vei fi fericit. Printr-o minte pozitivă ştii că nu există iad şi oriunde eşti, acolo va fi doar raiul. Poţi pătrunde în necunoscut pentru că acum ştii că raiul este cu tine, se mişcă odată cu tine.

Poate ai auzit că după moarte se intră în rai sau iad. Acesta este un non – sens. Nimeni nu intră în rai, nimeni nu intră în iad. Fiecare îşi cară cu el propriul rai sau iad şi oriunde mergi, mergi cu iadul sau raiul. Iadul şi raiul nu sunt nişte porţi prin care să intri. Ele sunt poveri; tu le cari

cu tine.

Însă având o inimă plină de frumos – fericită, pozitivă – ai curajul de a intra în nevăzut, în necunoscut. De aceea spun că, din negativ nu poţi fi fărăalegere. Tu te agăţi de suferinţa ta. Ea este cunoscută. Tu eşti obişnuit, eşti legat de ea şi este mai bine să rămâi cu mizeria cunoscută decât cu cea necunoscută. Cel puţin cu ea te-ai obişnuit şi ştii cum funcţionează. Ţi-ai creat nişte mecanisme de apărare, o armură care te apără de această suferinţă. O suferinţă necunoscută va crea alte mecanisme de apărare. Este întotdeauna mai bine să fii cu suferinţa cunoscută decât cu cea necunoscută.

Cu fericirea se întâmplă exact invers. Fericirea îl face pe om să intre în necunoscut, în fericirea necunoscută, deoarece cunoscutul devine plictisitor. Cu suferinţa cunoscută nu te plictiseşti niciodată; te bucuri de ea. Uită-te la oameni când vorbesc despre suferinţele pe care le au: ei se bucură de ele, chiar îşi amplifică suferinţele; ei au o fericire masochistă.

Prin fericire devii plictisit. Poţi pătrunde în necunoscut. Necunoscutul este ispititor şi uşa pentru necunoscut este nealegerea. Acesta este drumul de urmat: de la negativ la pozitiv şi de la pozitiv la nealegere. Mai întâi, îndreaptă-ţi mintea spre pozitiv. Din iad mută-te în rai şi de aici te poţi muta în *moksha* – în final nu este niciuna nici alta. De la mizerie îndreaptă – te spre fericire şi doar atunci poţi ajunge dincolo. De aceea, sutra spune să-ţi transformi mai întâi mintea negativă în pozitivă, iar această transformare nu este decât o schimbare a privirii, a focalizării.

Viaţa nu este niciuna dintre ele – sau este amândouă. Ea este ambele şi niciuna; depinde de tine, de cum o vezi. O poţi privi printr-o minte negativă şi atunci ea arată ca un iad. Nu este însă un iad; aceasta este doar interpretarea ta.

Schimbă-ţi privirea; priveşte în mod pozitiv. Şi aceasta este ceea ce se înţelege prin atitudinea de teist. Eu nu denumesc un om teist sau ateu după faptul că el crede

sau nu în Dumnezeu. Cel care are o atitudine pozitivă este teist şi ateu este cel care are o atitudine negativă. Nu este vorba de a spune „nu” lui Dumnezeu; este vorba de a spune „nu” vieţii.

Teistul este cel care spune „da” şi priveşte întotdeauna printr-o minte afirmativă. Atunci totul se schimbă în totalitate.

Dacă o minte negativă se îndreaptă spre un trandafir, într-o grădină, acolo pot fi mulţi trandafiri, dar ea va număra doar spinii. Primul lucru văzut în mintea negativă sunt spinii; aceştia sunt importanţi. Florile sunt iluzorii; doar spinii sunt reali. El îi va număra şi bineînţeles că o floare are mulţi spini. Iar odată ce a numărat spinii, el nu poate crede în floare. Va spune că acea floare aşa frumoasă este iluzorie. Cum de poate o floare aşa de frumoasă să existe cu nişte spini atât de violenţi, de urâţi? Este imposibil, este de necrezut. Şi chiar dacă există acum ea nu mai înseamnă nimic. Spinii au fost număraţi şi floarea a dispărut.

O minte pozitivă va începe cu trandafirul, cu floarea şi odată ce eşti în comuniune cu trandafirul, odată ce îi cunoşti frumuseţea, viaţa, înflorirea lui nepământeană, atunci spinii dispar. Şi cel care a cunoscut trandafirul în frumuseţea sa, în posibilitatea sa cea mai înaltă, care a privit în adâncul lui, pentru el chiar şi spinii nu vor arăta ca nişte spini. Ochii care sunt umpluţi de trandafir sunt diferiţi acum. Acum spinii vor arăta doar ca o protecţie pentru floare. Ei nu vor fi inamici; ei vor arăta doar ca o parte a florii.

O astfel de minte va şti că floarea are nevoie de spini, de protecţia lor. Datorită acestor spini ea a putut supravieţui. Această minte pozitivă va simţi recunoştinţă chiar şi pentru spini. Şi dacă această apropiere se aprofundează, va veni un moment în care spinii devin flori. Prin prima atitudine floarea dispare – sau chiar şi floarea devine un spin. Doar printr-o minte pozitivă poţi ajunge la o stare a minţii non-tensionată. Printr-o minte negativă vei rămâne tensionat şi cu multe mizerii în jur. O astfel de

minte negativă, inventivă, va crea noi suferinţe şi iaduri.

În timpul lui Buddha exista un învăţător foarte faimos. Numele său era Sanjay Belattiputta. Era o fiinţă ce gândea permanent negativ. Buddha le-a vorbit discipolilor despre cele şapte subplanuri malefice, şapte iaduri, lucru care cineva i i-a spus lui Sanjay. Acesta a zis: „Du-te şi spune-i lui Buddha că nu ştie nimic. Există şapte sute de iaduri. El nu cunoaşte nimic! Doar şapte? Există şapte sute de iaduri şi eu le-am numărat pe toate”.

Dacă ai o minte negativă chiar şi şapte sute nu înseamnă mult. Vei găsi mai multe. Mintea pozitivă poate fi non-tensionată. Dacă eşti pozitiv, cum ai putea să fii tensionat şi dacă eşti negativ, cum ai putea să fii netensionat? Printr-o minte negativă nu poate exista nicio asociere cu meditaţia. Un singur ţânţar este îndeajuns pentru a strica întreaga meditaţie. Cu o minte negativă nu poţi deschide uşa liniştii, tăcerii. Mintea negativă se îndreaptă spre suferinţă. Cum ar putea ea să facă saltul spre nealegere?

Krishnamurti continuă mereu să vorbească despre nealegere, dar auditorul este negativ. Cei de acolo ascultă, dar nu înţeleg niciodată.

Şi când ei nu înţeleg, Krishnamurti se tulbură. Doar o minte pozitivă poate înţelege ce spune el, dar o minte pozitivă nu are nevoie să se ducă nicăieri – la niciun Krishnamurti şi la niciun Rajneesh, nicăieri. Doar o minte negativă este în căutarea unui maestru, a unui învăţător.

Este fără folos să-i vorbeşti unei minţi negative despre nealegere, despre depăşirea dualităţii, despre trăirea în negativ şi pozitiv. Nu pentru că ar fi neadevărat – este adevărat, dar nefolositor. Trebuie ţinut seama de cel care ascultă. El este mult mai important decât cel care vorbeşte. Aşa cum văd eu, tu eşti negativ. Mai întâi ai nevoie de o orientare spre pozitivitate. Trebuie să devii un om care spune „da”. Trebuie să priveşti viaţa cu o atitudine afirmativă şi atunci acest pământ este total transformat. Doar atunci, când ai o atitudine pozitivă, poţi sări în nealegere – şi asta va fi uşor, foarte uşor!

La suferinţă nu se poate renunţa. Este dificil; tu te-ai agăţat de ea. Doar la fericire se poate renunţa, deoarece ştii că atunci când renunţi la negativ tu obţii pozitivul şi o stare de fericire. Renunţi la negativ şi obţii fericirea; doar prin renunţarea la negativ atingi fericirea. Dacă nu renunţi la o astfel de fericire şi, de asemenea, la mintea pozitivă, atunci tu deschizi uşile spre infinit. Dar mai întâi trebuie să simţi pozitivul. Doar atunci, doar atunci poţi sări.

3. Ieri în ultima tehnică ai explicat că în această lume iluzoriemaya, conştiinţa interioară a căutătorului este pentru el singurul centru

A

real. În acest context, te rog explică semnificaţia şi rolul unui guru în această lume-maya.

Această lume-maya pentru tine nu este o lume iluzorie; ea este foarte reală şi rolul unui guru este acela de a-ţi arăta că ea nu este reală. Ea pentru tine este reală, deci cum poţi gândi că este ireală? Poţi gândi la ireal dacă ai cunoscut realul; doar atunci poţi compara. Pentru tine această lume nu este maya, nu este iluzorie. Ai citit că este iluzorie şi poate că ai memorat ca un papagal şi astfel tu numeşti această lume ca fiind iluzorie.

În fiecare zi la mine vine câte o persoană care numeşte această lum e ca fiind iluzorie şi spune: „Mintea mea este foarte neliniştită. Sunt foarte tensionat, spune-mi cum să ating pacea?” Şi lumea aceasta este iluzorie! Dacă această lume este iluzorie, cum poate mintea ta să fie tensionată? Dacă ai cunoscut faptul că această lume este iluzorie, lumea va fi dispărut şi odată cu ea toate suferinţele. Dar mintea încă există. Tu nu cunoşti această lume ca fiind iluzorie.

Dimineaţa, când somnul a dispărut şi odată cu el şi visul, te mai îngrijorezi de vise? Mai eşti tulburat de faptul că în vis erai bolnav sau mort? Când visul exista, tu erai bolnav, erai îngrijorat, căutai un doctor sau un medicament. Însă dimineaţa, când nu mai dormi şi visul a dispărut, nu mai eşti tulburat. Acum ştii că a fost doar un vis şi că nu eşti bolnav.

Dacă cineva vine şi îmi spune: „Ştiu că am visat că am fost bolnav, dar spune-mi de unde să iau un medicament ca să învinge boala aceea?” Ce ne arată acesta? Faptul că el încă doarme; că încă visează. Visul încă există.

*

În India, aceste vorbe repetate papagaliceşte „întreaga lume este iluzorie” au pătruns adânc în minte, dar în centrul fals. Aceasta nu este o creştere. Noi auzim permanent acest lucru: Upanishadele, Vedele, rishi au spus timp de secole întregi că lumea este iluzorie. Ei au propagat atât de mult această idee încât cei care dorm şi visează cred că sunt treji. Întreaga lume este adormită, dar suferinţa lor arată că lumea este reală, frica lor arată că lumea este reală.

Rolul unui guru este acela de a-ţi da o străfulgerare a realului – nu o învăţătură, ci o trezire. Guru-l nu este un învăţător, ci unul care trezeşte. El nu îţi va oferi doctrine. Dacă face asta, atunci el nu este decât un filosof. Dacă el vorbeşte şi argumentează şi dovedeşte că lumea este iluzorie, dacă dezbate, discută şi îţi dă o doctrină intelectuală, atunci el nu este un guru, nu este un maestru. El poate fi un învăţător ce predă o doctrină anume, dar el nu este un maestru, un guru.

Un guru nu dă doctorine. El oferă metode – metode care te pot ajuta să ieşi din somn. De aceea un guru este întotdeauna cel care îţi tulbură visele şi este dificil de trăit în preajma sa. Este foarte uşor să trăieşti alături de un învăţător, deoarece acesta nu te deranjează niciodată. Mai degrabă el îţi măreşte acumulările; el te ajută să fii mai egoist. Ego-ul este mai satisfăcut. Acum cunoşti mai mult, poţi argumenta mai mult. Tu poţi învăţa singur, dar un guru este întotdeauna un „tulburător”. El îţi va tulbura somnul şi visul tău şi poate că visai ceva foarte frumos. Poate erai într-o călătorie frumoasă. El o va tulbura şi tu te vei supăra.

Un guru este întotdeauna un pericol pentru discipolii săi. Ei îl pot omorî în orice clipă, deoarece îi deranjează;

aceasta este însă munca sa. El nu te ajută să rămâi *tu*, pentru că eşti fals. El trebuie să-ţi distrugă identitatea ta falsă. Este dureros. De aceea, până nu există o iubire profundă, munca aceasta este imposibilă. Este nevoie de o profundă intimitate, altminteri acolo va apărea ura. Deci, un guru nu-ţi va permite să fii aproape de el până când nu te-ai abandonat total; altfel vei ajunge să-i fii duşman. Guru-l te poate ajuta numai după ce te-ai abandonat total, deoarece aceasta este o chirurgie spirituală.

Din necesitate acolo va exista multă suferinţă pentru discipol şi dacă el nu se află într-o adâncă comuniune cu maestrul, transformarea este imposibilă. El nu va fi pregătit să sufere atât de mult. A plecat în căutarea fericirii şi maestrul îl face să sufere. El a venit să fie euforic şi primeşte suferinţă. La început, acolo va exista multă durere, deoarece imaginile, aşteptările tale vor fi împrăştiate, risipite. Orice ai cunoscut va trebui să arunci, să abandonezi.

Oricum vei fi, el te va face să nu mai fi. Într-adevăr, tu treci printr-o moarte.

În India, în vremurile trecute, noi spuneam *Acharya mrityuh* – adică maestrul, guru, este o moarte. Chiar este! Şi până când nu te încrezi în el total, această operaţie chirurgicală este imposibilă, datorită faptului că la început va exista suferinţa. Frica, suferinţa vor apărea; vor fi aduse la suprafaţă toate iadurile tale suprimate. Şi nu poţi rămâne cu el decât dacă crezi şi te încrezi profund în el; altfel vei pleca deoarece acest om te tulbură complet.

Deci ţine minte, rolul, munca unui guru este aceea de a te face conştient de falsitatea ta şi de faptul că datorită centrului tău artificial lumea ta este falsă. Lumea nu este chiar iluzorie, nu este maya. Este maya deoarece ochii tăi sunt iluzorii. Ei sunt plini de vise. Tu îţi proiectezi visele peste tot în jur şi realitatea este falsificată. Aceeaşi lume va deveni reală când ochii tăi sunt reali. Când centrul fals este distrus şi tu eşti din nou înrădăcinat în centrul tău real, în fiinţa ta, această lume va deveni *nirvāṇa*.

Maeştrii zen au spus mereu că această lume este

nirvāṇa, chiar această lume este moksha, eliberarea. Este doar o diferenţă de puncte de vedere. Dacă fiinţa ta este falsă va crea în jurul tău o lume falsă. Şi nu gândi că toţi trăiesc într-o singură lume. Nu! Fiecare trăieşte în propria sa lume şi există tot atâtea lumi câte minţi există, deoarece fiecare minte îşi creează propria ei lume, propriul mediu. Chiar şi într-o familie, soţul trăieşte în lumea sa şi soţia în lumea ei şi acolo au loc în fiecare zi coliziuni între aceste două lumi. Ele nu se întâlnesc niciodată; ele se ciocnesc. Întâlnirea este imposibilă.

Prin minte nu poate exista întâlnire – doar conflicte, coliziuni. Când ea nu mai este acolo poate apare întâlnirea. Soţia trăieşte în propria ei lume, în propriile ei aşteptări. Pentru ea, nu soţul adevărat este soţul ei, ci propria ei imagine despre el. Soţul trăieşte în propria sa lume şi soţia nu este soţia sa. El are o imagine a soţiei şi când soţia reală nu este ca cea din imagine acolo apare conflictul, lupta, ura, furia. El iubeşte propria sa imagine a soţiei şi soţia iubeşte imaginea care o are despre soţul ei iar acestea sunt ambele iluzorii; ele nu există nicăieri. Soţul real şi soţia reală există, dar ei nu se pot întâlni, deoarece între aceste două lucruri reale stau soţia şi soţul ireali. Aceştia se află mereu acolo; ei nu permit o întâlnire între cei reali.

Fiecare trăieşte în propria sa lume, propriile sale aşteptări, vise, proiecţii. Există atâtea lumi câte minţi există. Aceste lumi sunt maya, iluzorii. Când centrul fals dispare, întreaga lume se transformă. Atunci aceasta este o lume reală. Atunci, pentru prima dată, tu vezi lucrurile aşa cum sunt. Acolo nu mai există nici suferinţă, nici mizerie, deoarece odată cu iluzia dispare şi aşteptarea, iar în Adevăr nu poate exista suferinţa. Atunci ajungi să simţi: „Chiar aşa este! Faptul este fapt!” Problemele există datorită imaginii tale false despre tine şi lume şi aceste adevărate ficţiuni nu-ţi permit niciodată să cunoşti faptul în sine. Aceste ficţiuni ale minţii sunt maya.

Rolul unui guru este acela de a risipi aceste ficţiuni, astfel ca adevărul să-ţi fie accesibil şi tu să-i fii accesibil

lui. Această „fapticitate” este adevărul.

Odată ce cunoşti această fapticitate chiar şi gurn-l va fi diferit. Dacă acum mergi la un guru, tu te duci cu imaginea ta despre el. Când cineva vine la mine: acela va veni cu imaginea lui despre mine. Şi apoi, dacă nu mă conformez imaginii sale, se va afla în dificultate. Dar cum aş putea eu fac e asta? Dacă voi încerca să urmez imaginea fiecăruia voi fi într-o dezordine totală. Şi fiecare discipol crede că eu trebuie să fiu într-un fel sau altfel; fiecare discipol are propriul său concept despre guru. Dacă nu mă conformez conceptelor sale el va deveni frustrat, dar aceasta va trebui să se întâmple. Problema este că discipolul vine cu mintea. Eu trebuie să îi schimb mintea, s-o distrug. El vine cu mintea şi mă priveşte prin minte.

Locuiam într-o casă a unei familii jainiste. Ei nu mâncau noaptea. Bătrânul acelei familii, bunicul, îmi citise şi îmi iubea cărţile. El nu mă văzuse niciodată şi este uşor să iubeşti o carte: o carte este un lucru mort. El venise să mă întâlnească. Era foarte bătrân şi chiar să se deplaseze din camera sa îi era dificil. Avea 92 de ani şi a venit să mă întâlnească, i-am spus că mă pot duce eu în camera lui dar a spus: „Nu! Te respect atât de mult încât eu voi veni”. Aşa că a venit şi m-a lăudat foarte mult.

Spunea: „Tu eşti ca un *tirthankara*, ca cel mai mare jainist, Mahāvīra”. Marii învăţători sunt cunoscuţi ca tirthankara. M-a copleşit cu tot felul de laude până s-a lăsat întunericul.

O altă rudă a venit şi a spus: „Se face târziu. Poţi veni să mănânci masa de seară”.

Am răspuns: „Mai aşteaptă puţin pentru acest bătrân. Mai lasă – 1 să spună ce mai are de spus; apoi o să vin”.

Bătrânul a întrebat mirat: „Ce spui? Mănânci în timpul nopţii?

„Pentru mine este în regulă” – am spus eu.

Şi el a continuat: „Îmi retrag cuvintele. Tu nu eşti un tirthankara. O persoană care nici măcar nu ştie că cel mai mare păcat este să mănânci noaptea, atunci ce altceva

poate el să ştie?

Acum, acest om nu mai putea comunica cu mine. Imposibil! Dacă nu mâncam noaptea eram un mare maestru, un tirthankara. Bătrânul mi-a spus: „Am venit să învăţ ceva de la tine, dar acum este imposibil. Acum simt că trebuie să te învăţ eu ceva”.

Când această lume devine o iluzie, guru-l tău va deveni şi el parte din ea şi va dispărea. De aceea, când discipolul se trezeşte acolo nu mai există niciun guru. Pare ceva paradoxal: când discipolul se trezeşte cu adevărat, maestrul nu mai există.

Există multe cântece minunate ale unui mistic budhist, Saraha. În fiecare cântec ultimul rând este „... şi Saraha a dispărut”. El învaţă, oferă nişte învăţături minunate: „Nici lumea nu există şi nici nirvāṇa, nici binele şi nici răul. Treci dincolo şi Saraha dispare”. A fost o enigmă. De ce Saraha spune „şi Saraha dispare”?

Dacă ajungi la ceea ce a spus el: „Nu există nici bine şi nici rău, nici lumea şi nici nirvāṇa” – dacă discipolul se trezeşte, Saraha va dispărea. Unde va fi guru-l? El era parte din lumea discipolului. Acum nu va mai exista entităţi precum guru şi discipol; ei vor fi devenit una. Când discipolul se trezeşte el devine guru şi Saraha dispare. Atunci acolo maestrul nu mai există. Chiar şi guru-l este parte din visul tău, din lumea ta iluzorie. Dar din această cauză apar multe probleme.

Krishnamurti spune că nu există învăţător – şi are dreptate. Acesta este adevărul ultim. Când te-ai trezit, tu eşti învăţătorul şi nu mai există alt învăţător. Acesta este ultimul adevăr, dar înainte de aceasta învăţătorul există, deoarece discipolul există. Discipolul este cel care creează învăţătorul; este nevoia discipolului.

Deci ţine minte: dacă întâlneşti un învăţător greşit, tu meriţi un învăţător greşit. Tu singur îţi creezi învăţătorul, maestrul. Depinde de tine dacă maestrul este mic sau mare; tu întâlneşti persoana pe care o meriţi. Dacă nu întâlneşti pe cineva bun, asta este din cauza ta. Tu eşti responsabil, nu persoana cealaltă. Guru-l este şi el o parte

din mintea ta, din lumea ta de vis. Dar până când nu te trezeşti, vei avea nevoie de cineva care să te ajute, să te tulbure. Acest cineva este un guru, dacă îţi dă metode practice de transformare. Dacă îţi dă doctrine, principii, filosofii, este un învăţător, dar poate că tocmai de el ai nevoie.

Gândeşte-te astfel: chiar şi într-un vis există ceva care te poate ajuta să ieşi din vis. Chiar în vis există ceva care te poate ajuta să ieşi de acolo. Poţi încerca în timp ce adormi. Repetă în minte: „Când apare vreun vis, ochii mi se vor deschide”. Timp de trei săptămâni repetă în continuu, chiar înainte să adormi! Oricând apare un vis, ochii se vor deschide şi brusc voi fi treaz”. Şi te vei trezi. Prin anumite metode te poţi trezi chiar şi dintr-un vis. Când eşti pe punctul de a adormi, spune-ţi – dacă numele tău este Rama, de exemplu – spune: „Rama, scoală-mă la ora cinci dimineaţa”. Repetă acest lucru de două sau trei ori şi apoi adormi în tăcere. Mai devreme sau mai târziu vei prinde şmecheria. Exact la ora cinci, cineva te va trezi. Chiar şi în vis sau în somnul profund poţi folosi metode care să te trezească. La fel se întâmplă şi cu starea de adormire spirituală în care eşti afundat acum.

Un maestru îţi poate oferi metode care să te ajute. Atunci, oricând vei cădea în vis, metodele te vor ajuta să te trezeşti. Când această trezire devine naturală, atunci nu mai este nevoie de un guru. Când te-ai trezit, guru-l dispare, dar totuşi vei simţi recunoştinţă faţă de el, pentru că te-a ajutat.

Sariputtra a fost unul dintre cei mai mari discipoli ai lui Buddha. Când s-a iluminat, Buddha i-a spus: „Acum poţi pleca; prezenţa mea nu mai este necesară pentru tine. Tu însuţi ai devenit un maestru şi poţi pleca să-i ajuţi pe alţii să se trezească din somnul în care sunt cufundaţi”.

Când a plecat, Sariputtra s-a aplecat la picioarele lui Buddha, iar cineva l-a întrebat:

„Tu însuţi ai devenit iluminat, de ce îi mai atingi picioarele lui Buddha?”

A răspuns: „Acum nu mai este nevoie să mă aplec la

picioarele sale, dar am ajuns să mă bucur de această stare doar datorită lui. Nu mai este nevoie, dar s-a petrecut datorită lui”.

Sariputtra a plecat. Însă oriunde se afla – dimineaţa sau seara – se închina în direcţia în care era Buddha. Mulţi îl întrebau: „De ce faci asta? Cui i te închini?”

El spunea: „Maestrului meu care a dispărut. Acum şi eu sunt un guru, dar acest lucru nu a fost posibil fără el. Totul a devenit posibil doar datorită lui”.

Deci, chiar atunci când maestrul, învăţătorul, guru-l dispare, discipolul va simţi o adâncă recunoştinţă, cea mai profundă recunoştinţă posibilă.

Este necesar ca cineva să se afle acolo să te trezească din somn. Şi dacă îi permiţi cuiva să facă acest lucru, aceasta se numeşte dăruire. Când spui: „Bine, îţi permit să mă trezeşti, să mă scoli din amorţeala în care trăiesc” – iată ce înseamnă devoţiunea, abandonul. Încrederea este cea care arată că eşti gata să mergi în sensul în care te îndreaptă acel om, chiar dacă acest lucru implică suferinţă şi durere. Nu vei pune niciun fel de întrebări. Ai încredere deplină în el. Ştii că nu îţi va face niciun rău.

Dacă nu eşti încrezător, atunci nu este posibil niciun fel de progres, deoarece simţi că el îţi poate face rău. Atunci vei gândi: „Trebuie să mă apăr” – şi astfel nu se poate realiza nimic. Dacă nu ai încredere în chirurgul care trebuie să te opereze, atunci acesta nu te poate adormi ca să îşi îndeplinească datoria. Îi vei spune: „Poţi face operaţia, dar trebuie să mă laşi să fiu conştient ca să pot vedea tot ce faci. Nu am încredere în tine”.

Trebuie să ai încredere în chirurgul tău. El trebuie să te anestezieze, să te aducă într-o stare de inconştienţă, deoarece chirurgia nu este posibilă în starea de conştienţă. De aceea, încrederea este oarbă. Atunci eşti pregătit pentru orice ţi se întâmplă. Eşti gata să mergi oriunde ţi se spune. Doar într-o asemenea stare devine posibilă chirurgia interioară. Iar aceasta nu este doar o chirurgie fiziologică, ci una psihologică. Vei simţi multă durere,

suferinţă, deoarece este nevoie de o purificare, de un catharsis; trebuie să fii transmutat în centrul pe care l-ai uitat, trebuie să revii la rădăcinile pe care le-ai părăsit.

Acest lucru este dificil; poate că va dura ani de zile. Însă atunci când discipolul este pregătit să se abandoneze, se poate întâmpla chiar şi în câteva secunde. Depinde de intensitatea dăruirii sale. În general, se pierde mult timp fără rost deoarece guru-l trebuie să meargă încet, astfel ca tu să poţi avea din ce în ce mai multă încredere în el. Maestrul trebuie să facă multe lucruri nenecesare doar pentru a-ţi câştiga încrederea. Pentru a te convinge să faci operaţia, el va crea multe lucruri de prisos, multe trucuri. Acestea sunt esenţiale pentru apariţia încrederii.

Mai devreme, l-am citat pe Saraha, unul dintre cei 84 de *siddha* – mistici budişti – care s-au realizat. Mesajul său către discipolii deveniţi iluminaţi era următorul: „Comportă-te astfel ca ceilalţi să poată avea încredere în tine. Ştiu că acum nu ai nevoie de niciun fel de moralitate, de niciun fel de regulă. Ai ajuns dincolo şi poţi face orice vrei, poţi fi oricum doreşti. Pentru tine nu mai există nicio regulă, niciun fel de moralitate. Însă trebuie să te comporţi într-un asemenea mod încât discipolii să poată avea încredere în tine”. Mulţi maeştri s-au comportat şi au urmat regulile societăţii. Dar nu au făcut acest lucru pentru că aşa au simţit, ci doar pentru a inspira încredere. Mahāvīra nu s-a comportat atât de moral pentru că a simţit, ci doar pentru ca discipolii săi să-l urmeze şi să poată fi creat sistemul religios jainist.

Datorită acestui lucru apar multe probleme atunci când un maestru începe să se comporte aşa cum simte. Iisus s-a comportat într-un mod total diferit şi necunoscut de tradiţiile comunităţii evreieşti. Nu a fost nimic rău în comportamentul său, dar a devenit o problemă. Evreii nu au putut avea încredere în el. El nu mai urma regulile jocului impuse de alţi maeştri anteriori lui. Aşa că s-a ajuns la crucificarea sa.

De ce s-a comportat Iisus în acest mod? În spatele acestui lucru s-a aflat

India. Înainte de a propovădui în Ierusalim, Iisus a călătorit şi a stat în India mulţi ani. A învăţat într-un templu budist. El a urmărit să impună nişte reguli budiste într-o societate care nu cunoştea nimic din tradiţia budistă. S-a comportat ca şi cum s-ar fi aflat într-o comunitate budistă, aceasta a fost singura problemă. Atunci nu a fost înţeles şi a fost crucificat, iar aceasta s-a datorat unui singur fapt: evreii nu au putut avea încredere în el.

Un guru trebuie, în mod nenecesar, să creeze multe lucruri în jurul său doar pentru a putea da naştere încrederii. Dar chiar şi atunci apar probleme, deoarece fiecare are propriile sale aşteptări: „Un guru trebuie să fie aşa sau aşa”.

Abandonul, dăruirea înseamnă să renunţi şi să părăseşti aşteptările, să-i permiţi gurului să facă tot ce doreşte. Chiar dacă apare durerea, tu eşti pregătit pentru ea. Chiar dacă el te conduce spre moarte, tu eşti pregătit, deoarece te îndrumă spre moartea totală. Doar după aceasta este posibilă renaşterea. Reînvierea este posibilă doar atunci când identitatea ta veche a fost crucificată.

37. TEHNICI PENTRU OBSERVAREA FILMULUI VIEŢII

26. II.1973, Bombay

SUTRE:

57. În stări de dorinţă extremă, fii netulburată.

58. Acest aşa-zis univers apare ca un înşelător spectacol. Pentru a fi fericită priveşte-l astfel.

59. O Prea iubito, nu fi atentă nici la plăcere şi nici la durere, ci între acestea.

60. Obiectele şi dorinţele există în mine ca şi în alţii, Deci, acceptându-le, lasă să fie transformate.

Mintea originară este precum o oglindă. Este pură şi rămâne aşa, dar pe ea se poate aşterne praful. Puritatea nu este pierdută, nu poate fi distrusă, însă poate fi acoperită. Iată condiţia minţii obişnuite: este acoperită de praf. În spatele prafului, mintea este pură. Ea nu poate deveni impură, aşa ceva este imposibil. Iar dacă ar fi existat posibilitatea ca ea să devină impură, atunci nu ar

mai fi existat nicio cale prin care să îţi poţi recâştiga puritatea. În ea însăşi rămâne pură, doar acoperită de praf.

Mintea noastră este mintea originară plus praful – mintea-divină plus praful, mintea-de-buddha plus praful. Odată ce cunoşti cum să îl ştergi, ai cunoscut tot ce merită a fi cunoscut şi ai atins tot ce merită a fi atins. Toate aceste tehnici nu fac altceva decât să elibereze mintea de praful de zi-cu-zi care se aşterne pe ea. Praful este şi el ceva natural. Se aşterne pe orice călător – iar tu ai fost un călător care a peregrinat prin multe vieţi.

Înainte de a pătrunde în tehnicile de astăzi, trebuie înţelese câteva lucruri în plus.

În ceea ce priveşte atitudinea faţă de transformarea interioară, Orientul este în mod fundamental diferit de Occident. În creştinism, se crede că problema constă în faptul că s-a petrecut ceva îngrozitor cu fiinţa omului – păcatul. Orientul spune că nu se poate întâmpla absolut nimic cu fiinţa omului. Ea rămâne în puritatea ei absolută. De aceea, în Orient omul nu este considerat ca fiind decăzut, depravat sau păcătos, el nu este condamnat, dimpotrivă, el rămâne fiinţa divină care este, care a fost dintotdeauna.

Deci, nu există, păcat, ci doar o falsă identificare.

Noi devenim identificaţi cu mintea, cu praful.

Experienţele, cunoaşterea, memoria noastră, toate nu sunt decât un praf. Orice ai cunoscut şi experimentat, totul nu este decât un praf. Recâştigarea minţii originare înseamnă redobândirea purităţii – fără experienţe, fără amintiri, fără cunoaştere, fără trecut.

Întregul trecut este doar un praf, iar noi suntem identificaţi cu trecutul şi nu cu conştiinţa care este veşnic prezentă. Gândeşte-te: orice cunoşti aparţine trecutului, dar tu te afli întotdeauna aici şi acum, eşti în prezent. Toate cunoştinţele pe care le ai sunt doar ţărână. „Cunoaşterea” este puritatea ta. Cunoştinţele sunt doar un praf. Capacitatea de a cunoaşte, energia cunoaşterii este natura ta originară. Prin această cunoaştere ajungi să acumulezi cunoştinţe. Însă acestea nu sunt decât un praf.

Aici şi acum, chiar în această clipă tu eşti absolut pur. Dar nimeni nu este identificat cu această puritate, ci cu trecutul. Aşa că orice tehnică meditativă este în mod fundamental o tehnică care te îndepărtează de trecut şi care te face să plonjezi în prezent, în aici şi acum.

Buddha a căutat întotdeauna recâştigarea acestei purităţi a conştiinţei, a eliberării de trecut, deoarece până când nu eşti eliberat de trecut vei rămâne încătuşat, vei fi un sclav. Trecutul apasă greu pe umerii tăi şi datorită lui, prezentul nu este niciodată cunoscut. Trecutul este cunoscut: prezentul este un infim moment atomic. Tu continui să-l pierzi tocmai datorită trecutului şi tot datorită acestuia continui să proiectezi viitorul. Trecutul este proiectat în viitor – dar ambele sunt false. Niciunul dintre ele nu există, iar ceea ce există este ascuns între acestea.

Buddha a umblat pe la mulţi maeştri, i-a consultat, a cooperat cu ei, le-a permis să lucreze asupra sa. A avut o practică spirituală foarte dificilă, dar nu era satisfăcut de niciunul dintre ei. Motivul pentru care nu era satisfăcut a fost următorul: toţi învăţătorii la care a fost, erau interesaţi de viitor, de o stare de eliberare după moarte, după ce viaţa va lua sfârşit. Ei se interesau de un Dumnezeu viitor, de o nirvāṇa care trebuia să vină. Buddha era interesat doar de prezent şi le spunea: „Pe mine mă preocupă să ştiu cum pot fi complet şi pur chiar în prezent, în aici şi acum”. Învăţătorii îi răspundeau: „Practică metoda cutare şi în viitor, într-o viaţă viitoare vei atinge ceea ce cauţi”.

Mai devreme sau mai târziu, Buddha îl părăsea pe fiecare şi a început să lucreze singur. Cum? A practicat o metodă foarte simplă. Dacă o cunoşti pare simplă, dacă nu o cunoşti pare imposibil. Iată tehnica lui: a rămas permanent în prezent. A uitat complet de trecutul sau viitorul său: „Voi fi doar aici şi acum. Doar voi exista”. Dacă poţi face acest lucru chiar şi numai pentru o clipă, atunci vei fi cunoscut gustul conştiinţei pure. Iar odată ce ai gustat-o, nu o vei mai putea uita niciodată. Aroma ei va rămâne cu tine şi această aromă devine o transformare.

Există multe moduri prin care să te desparţi de trecut, prin care să arunci praful şi să priveşti în oglinda propriei tale minţi.

Toate aceste tehnici reprezintă căi diferite, dar fiecare dintre ele trebuie înţeleasă foarte profund – ţine minte. Ele nu sunt mecanice, deoarece trebuie să îţi dezvelească conştiinţa. Le poţi folosi în mod mecanic şi vei obţine o tăcere, o liniştire a minţii, dar aceasta nu înseamnă că ai ajuns la puritatea ta originară. Chiar şi această liniştire apare tot părţii prăfuite din minte. Nu le folosi în mod mecanic. Este necesară o înţelegere profundă şi prin aceasta poţi ajunge să-ţi descoperi fiinţa.

5 7. În stări de dorinţă extremă, fii netulburată.

În stări de dorinţă extremă, fii netulburat. În momentul în care o dorinţă pune mâna pe tine, devii tulburat. Este ceva natural. Dorinţa te acaparează şi mintea începe să se agite producând la suprafaţă multe valuri. Dorinţa începe să te împingă spre viitor; trecutul te împinge spre viitor. Atunci eşti tulburat, eşti neliniştit. De aceea, dorinţa este o boală.

Sutra spune: *în stări de dorinţă extremă, fii netulburat*. Dar cum să fii netulburat? Dorinţa înseamnă tulburare, atunci cum să fii liniştit – mai ales în momentele extreme ale ei? La început sunt necesare anumite experimente şi de-abia atunci vei înţelege mesajul. Te afli în furie şi furia pune stăpânire pe tine; devii precum un nebun, nu mai eşti în apele tale. În acel moment, adu-ţi aminte brusc şi fii netulburat. Este la fel ca şi cum te-ai dezbrăca, înăuntru devino gol de furie – dezbracă-te de ea. Ea va continua să existe, dar acum ai un punct în interior care este complet netulburat.

Atunci vei cunoaşte faptul că furia îşi face apariţia doar la periferie. Este la fel ca atunci când ai febră. Periferia este agitată, turbulentă, neliniştită.

Însă tu o poţi privi. Dacă o poţi privi, atunci vei fi netulburat. Devino un martor al ei şi vei cunoaşte liniştea. Acest punct tăcut este mintea ta originară. Aceasta nu

poate fi tulburată. Tu nu ai privit-o niciodată.

Însă omul nu face altceva decât să se identifice cu furia şi uită faptul că furia este cu totul altceva decât el. Devine una cu ea şi începe să acţioneze prin ea.

Atunci poţi face două lucruri. Poţi deveni violent faţă de obiectul furiei tale. Te vei îndrepta spre altcineva. Însă furia nu este altceva decât o verigă de legătură între tine şi celălalt. Aici sunt eu, apoi furia, iar după aceea tu – obiectul furiei mele. Din această furie pot să mă îndrept spre două dimensiuni: spre tine şi atunci tu devii centrul conştiinţei mele sau spre mine însumi. Nu mă mai îndrept spre persoana care a cauzat furia. Plec spre subiect şi nu spre obiect.

În mod normal, noi ne îndreptăm spre obiect. Dacă te mişti spre obiect, partea prăfuită a minţii tale devine tulburată şi va gândi: „«Eu» sunt tulburat”. Însă atunci când te îndrepţi spre subiect, spre interiorul fiinţei tale vei fi capabil să observi partea prăfuită, partea minţii care este tulburată şi care gândeşte: „«Eu» sunt tulburat”. Acest lucru îl poţi experimenta cu orice dorinţă, cu orice fel de tulburare.

Îţi apare în minte o dorinţă sexuală; imediat întregul cor p este acaparat de aceasta. Ai două posibilităţi. Una: te îndrepţi spre obiectul dorinţei, care poate că există sau nu există, nu contează. Obiectul poate exista şi în imaginaţie. Astfel vei deveni tulburat. Cu cât te îndepărtezi mai mult de centrul fiinţei tale, cu atât vei fi mai tulburat. Distanţa şi tulburarea sunt proporţionale. Cu cât eşti mai aproape de centrul tău, cu atât vei fi mai puţin tulburat. Iar când te afli chiar în centru, tulburarea nu mai există deloc.

Într-un ciclon există un centru care este netulburat – acelaşi lucru există şi în centrul furiei, în cel al sexului sau al oricărei dorinţe. Niciun ciclon nu poate exista fără un centru tăcut, liniştit. De asemenea, furia nu poate fiinţa fără acel ceva din interiorul tău care este mai presus de furie.

Ţine minte următorul lucru: nimic nu poate exista fără opusul său. Opusurile sunt necesare. Dacă în interior

nu există un centru nemişcat, atunci nu există nicio posibilitate de mişcare. Analizează şi observă acest fapt. Dacă nu există un asemenea centru, atunci cum ai putea simţi tulburarea? Ai nevoie de o comparaţie. Pentru a compara sunt necesare două puncte.

Presupune că o persoană este bolnavă: aceasta simte boala deoarece în interiorul său există un centru absolut sănătos. De aceea şi poate compara. Spui că te doare capul. Cum se face că poţi cunoaşte această durere? Dacă erai durerea, atunci nu o puteai cunoaşte. Trebuie să fii altceva, altcineva – observatorul, martorul, cel care poate spune: „Mă doare capul”.

Această durere poate fi simţită doar de ceva care nu este durerea. Febra o poţi simţi deoarece tu nu eşti febra. Este necesară o polaritate. Când eşti înfuriat şi simţi că te afli în furie. Înseamnă că în tine există un punct netulburat, un observator. Poate că nu priveşti spre acel punct sau poate că nu te vezi pe tine în acel punct, asta este cu totul altceva, dar el se află întotdeauna acolo, în puritatea sa imaculată şi originară.

În stări de dorinţă extremă, fii netulburat. Ce poţi face? Această tehnică nu îndeamnă la reprimare. Ea nu spune să reprimi furia şi să rămâi netulburat – nu! Dacă reprimi nu vei face altceva decât să creezi mai multă tulburare. Vei dubla tulburarea. Când eşti furios, închide uşile simţurilor, meditează asupra furiei, permite-i să existe. Rămâi netulburat şi nu o reprima.

Este uşor să reprimi; este uşor să exprimi. Le facem cu foarte mare uşurinţă pe ambele. Dacă situaţia ne permite, noi o exprimăm. Când eşti convins că celălalt nu te poate răni sau nu poate să răspundă, vei exprima furia. Când simţi că este periculos să te exprimi, atunci o vei reprima.

Exprimarea şi reprimarea sunt foarte uşor de făcut, observarea este dificilă. Observarea este cu totul altceva. Nu este exprimare, deoarece nu o exprimi asupra obiectului furiei. Nu este reprimată, deoarece îi permiţi să fie exprimată, dar într-un vid. Meditezi asupra ei.

Stai în faţa unei oglinzi şi exprimă-ţi furia – observ-o. Eşti singur şi poţi medita asupra ei. Fă orice vrei să faci. Dacă vrei să baţi pe cineva, atunci loveşte aerul.

Dacă vrei să ţipi, ţipă. Însă aminteşte-ţi întotdeauna de tine ca de un punct ce vede tot, toată această dramă. La un moment dat, totul va deveni o comedie de care vei râde. Acest lucru devine pentru tine o purificare. În final, te vei simţi eliberat de ea – nu numai uşurat, ci vei câştiga ceva prin ea. Te vei maturiza. Atunci vei şti că există în tine un centru complet netulburat. Acum urmăreşte să dezveleşti acest centru din ce în ce mai mult, lucru foarte uşor de realizat în stările de dorinţă.

De aceea, tantra nu este împotriva dorinţei. Ea spune să rămâi în dorinţă, dar să îţi aminteşti mereu de centrul netulburat al fiinţei tale. Chiar şi sexul poate fi folosit. Pătrunde în actul sexual, dar fii netulburat. Fii un martor; un observator atent. Orice s-ar întâmpla, se întâmplă la periferie; tu eşti doar un spectator, un privitor.

Această tehnică poate fi foarte folositoare şi prin ea poţi obţine un mare beneficiu. Însă este dificil, deoarece când eşti tulburat uiţi de tot. Poţi uita că trebuie să meditezi. Atunci încearcă astfel: nu aştepta momentul în care apare furia. Nu aştepta momentul! Închide-te în cameră şi aminteşte-ţi din trecut o experienţă în care te-ai înfuriat, în care fierbeai. Aminteşte-ţi-o şi repune-o în scenă. Acest lucru va fi mai uşor. Rejoac-o, retrăieşte-o. Nu este suficient să ţi-o aminteşti, important este să o retrăieşti. Adu-ţi aminte că cineva te-a insultat, aminteşte-ţi cuvintele sale şi felul în care ai reacţionat. Reacţionează din nou, rejoacă întreaga scenă.

Poate că nu ştii că mintea este doar un mecanism de înregistrare. Acum, oamenii de ştiinţă spun că, dacă centrii memoriei sunt atinşi de electrozi, ei încep să redea totul. De exemplu, cândva ai fost furios: incidentul este înregistrat ca pe bandă magnetică, ca şi cum în creier ar exista un magnetofon. Dacă centrul memoriei este stimulat de un electrod, el începe să redea tot ce are înregistrat. Vei avea iarăşi acelaşi sentiment. Ochii ţi se vor înroşi,

corpul se va înfierbânta, întreaga scenă va fi rejucată. În momentul în care este luat electrodul, totul încetează.

Ştiinţa afirmă că mintea este un aparat de înregistrare şi că poţi reda totul. Această tehnică spune că nu trebuie doar să îţi aminteşti, ci să retrăieşti.

Începe să simţi din nou experienţa şi mintea va prelua ideea. Incidentul va reapare, îl vei retrăi. Iar în retrăire, rămâi netulburat. Începe din trecut. Este mai uşor, deoarece acum nu mai este decât un act, o piesă de teatru, nu mai este o situaţie reală. Iar dacă devii capabil să o faci pe aceasta, atunci vei putea să o faci în orice situaţie reală, cu orice dorinţă.

Această repunere în scenă a unei situaţii trecute este de mare ajutor. Orice om are multe cicatrici în minte; încă mai există răni nevindecate. Dacă retrăieşti, vei fi uşurat. Dacă te poţi reîntoarce în trecut şi să continui ceva incomplet, vei fi eliberat de trecutul tău. Mintea va deveni mai proaspătă; Praful va fi curăţat. Aminteşte-ţi de ceva care în trecut a rămas în suspensie, poate că ai vrut să omori pe cineva sau să iubeşti, retrăieşte evenimentele care au rămas incomplete.

Acel lucru incomplet continuă să plutească pe în minte ca un nor. El influenţează tot ce faci şi tot ce eşti. Acest nor trebuie să fie dispersat. Mergi înapoi pe firul trecutului şi reactualizează dorinţele care au rămas incomplete şi retrăieşte rănile care sunt încă nevindecate. Acestea se vor vindeca. Vei deveni din ce în ce mai întreg, iar prin asta vei avea îndemânarea de a rămâne netulburat într-o situaţie tulburătoare.

În stări de dorinţă extremă, fii netulburat. Gurdjieff a folosit foarte mult această tehnică. El crea situaţii, însă pentru a putea să le creeze era nevoie de o şcoală. Nu poţi lucra singur. El avea o şcoală în Fontainebleau; ştia să creeze situaţii. De exemplu, intrai în camera unde se afla el şi mai mulţi discipoli, totul era atât de natural încât nici nu îţi puteai imagina că era doar o prefăcătorie. Era o tehnică. Cineva începea să te jignească şi deveneai neliniştit. Apoi, toţi cei de acolo amplificau prin râsete şi

cuvinte jignitoare această neliniște a ta. Iar când erai pe punctul de a exploda, Gurdjieff spune: „Aminteşte-ţi de tine! Rămâi netulburat!”

O situaţie de acest gen nu este posibilă decât cu ajutorul altora, Iar când Gurdjieff spunea: „Aminteşte-ţi de tine şi rămâi netulburat!” – atunci realizai că totul a fost doar o situaţie creată. Tulburarea însă nu poate dispărea imediat, deoarece ea are rădăcini fizice. Glandele tale au aruncat deja otravă în sânge; corpul a devenit afectat.

Furia nu poate dispare aşa de rapid. Chiar şi după ce ştii că totul a fost o farsă, că nimeni nu avea intenţia să te jignească, îţi va fi dificil să revii la normal. Furia este acolo, corpul este plin de ea – dar brusc, temperatura începe să scadă. Furia nu mai există decât în corp, la periferie. În centru începi să te răceşti şi atunci vei realiza faptul că un punct dinăuntrul tău rămâne întotdeauna netulburat. Începi să râzi. Ochii îţi sunt roşii de furie, faţa este crispată, încruntată, dar tu începi să râzi. Acum cunoşti două lucrur i – un punct netulburat şi periferia care este tulburată.

Ceilalţi te pot ajuta. Familia poate deveni o şcoală. Prietenii se pot ajuta unii pe alţii. Poţi decide… întreaga familie se hotărăşte să creeze o situaţie pentru mamă sau tată. Iar când mama sau tatăl ajunge la punctul maxim, atunci toţi încep să râdă: „Rămâi complet netulburat!” Poţi să te ajuţi cu alte persoane, iar această experienţă este minunată. Odată ce cunoşti acel pun et rece dintr-o situaţie fierbinte nu îl mai poţi uita şi îl poţi avea în orice situaţie.

În Occident se foloseşte o nouă tehnică terapeutică numită psihodramă şi este bazată pe metode de acest gen, similare cu cele pe care le discutăm noi.

În psihodramă doar joci un rol. La început este doar un joc, dar mai devreme sau mai târziu devii implicat total. Atunci mintea începe să îţi funcţioneze, deoarece mintea şi corpul tău funcţionează în mod automatic. Ele funcţionează automatic!

Aşa că, atunci când o persoană care este implicată

într-o psihodramă, care devine furioasă în acea situaţie creată, poţi crede că ea doar se preface, dar nu este aşa.

Este foarte posibil să fi devenit cu adevărat furioasă. Este posedată de dorinţă, de tulburare, de acel sentiment creat artificial.

Corpul nu ştie dacă te prefaci sau dacă este ceva cu adevărat real. Poate ai observat uneori că, doar prefăcându-te că eşti furios ai devenit cu adevărat furios. Te jucai cu prietena sau cu iubita fără să te simţi deloc dinamizat erotic şi brusc îţi apare dorinţa sexuală, ea devine reală. Corpul poate fi păcălit. El nu poate şti când ceva este real şi când este doar un joc. În special cu sexul, dacă îţi imaginezi, corpul crede că este ceva real.

Sexul este unul dintre cei mai imaginativi centri ai corpului. Doar prin imaginaţie poţi avea orgasm. Poţi păcăli corpul. În vis poţi avea orgasm; nu faci dragoste cu nimeni, doar visezi şi corpul eliberează energia orgasmică. Ce se întâmplă? Cum de este corpul păcălit? El nu poate şti ce este real şi ce nu. Odată ce începi să faci ceva, el consideră acel lucru ca fiind real şi începe să se comporte ca atare.

Astfel acţionează psihodrama: nu eşti furios, doar te prefaci – dar pătrunzi imediat în furie. Este ceva minunat, deoarece tu ştii că totul este doar un joc şi că doar la periferie furia devine reală, iar tu stai în spatele ei şi o priveşti. Acum ştii că tu nu eşti tulburat, dar tulburarea există. Ea este şi totuşi nu este.

Simţirea acestor două forţe care lucrează simultan îţi dă o transcendenţă şi apoi poţi simţi asta şi în situaţii reale. Odată ce ştii cum să o simţi, o poţi face şi în situaţii reale, foloseşte această tehnică şi vei vedea că îţi va schimba întreaga viaţă. Odată ce ştii cum să rămâi netulburat, pentru tine lumea nu va mai însemna suferinţă. Apoi, nimic nu mai poate crea confuzie în tine; într-adevăr, nimic nu te mai poate răni. Pentru tine nu mai exista suferinţă şi odată ce cunoşti metoda, mai poţi face şi un alt lucru.

Gurdjieff obişnuia şi era capabil să îşi modeleze faţa

în orice moment. Râdea şi glumea cu tine şi, brusc, fără niciun motiv, devenea furios. Se spune despre el că evoluase atât de mult încât dacă în dreapta şi în stânga lui stăteau două persoane fiecăruia îi arăta altceva: unul îl vedea că zâmbeşte, iar celălalt că este furios. Unul ar fi spus: „Gurdjieff este o persoană minunată”. – iar celălalt ar fi spus: „Este un om imposibil!” Unuia dintre ei îi arăta o faţă prietenoasă, iar celuilalt îi arăta un chip furios.

Odată ce te poţi îndepărta de periferie, odată ce poţi rămâne complet netulburat în orice sentiment şi în orice dorinţă, atunci te poţi juca cu furia şi cu orice fel de stări.

Această tehnică este pentru a crea înăuntrul tău sentimentul a două extreme. Acolo există doi poli opuşi. Odată ce devii conştient de această polaritate, devii pentru prima oară un stăpân al tău. Altminteri, alţii sunt cei care te conduc: tu eşti doar un sclav. Soţia, copilul, prietenii, toţi cunosc faptul că poţi fi mânuit.

Dacă altcineva te face să fii fericit sau nefericit, tu nu eşti un stăpân, ci un sclav. Altcineva are hăţurile tale. Doar printr-un simplu gest te poate face nefericit; doar printr-un mic zâmbet te poate ridica în al nouălea cer.

Eşti la mila altcuiva: celălalt îţi poate face orice doreşte, iar dacă aceasta este situaţia, atunci toate faptele tale sunt doar nişte reacţii. Doar reacţionezi. Dacă cineva te insultă şi tu te înfurii, furia ta nu este un răspuns, ci o reacţie. Dacă cineva te apreciază şi începi să zâmbeşti, aceasta este tot o reacţie.

Buddha trecea printr-un sat şi în acel moment unii dintre săteni s-au adunat şi au început să îl jignească. Buddha i-a ascultat şi apoi le-a zis: „Trebuie să ajung la timp în cutare loc. Pot să plec? Dacă aţi terminat tot ce aţi avut de spus eu pot pleca. Iar dacă mai are cineva să mai adauge ceva când mă reîntorc voi aştepta în acest loc, Atunci veţi putea să continuaţi”.

Toţi ceilalţi au rămas surprinşi. Nu puteau înţelege şi au spus: „Dar noi nu îţi spunem nimic, ci doar ne batem joc de tine”.

Buddha a răspuns: „Puteţi face ce doriţi, însă dacă

aşteptaţi o reacţie din partea mea atunci aţi venit prea târziu. Acum zece ani dacă îmi spuneaţi asemenea vorbe aş fi reacţionat foarte violent. Dar acum am învăţat să acţionez, acum sunt stăpân pe mine; nu mă puteţi forţa să reacţionez. Va trebui să plecaţi. Nu mă puteţi tulbura; nimic nu mă mai poate tulbura, deoarece acum mi-am cunoscut centrul”.

Această cunoaştere sau înrădăcinare în centru te face stăpân. Altminteri eşti doar un sclav la mai mulţi stăpâni – nu doar la unul. Eşti un sclav al întregului univers. Este şi normal să fii în bucluc. Cu atât de mulţi stăpâni care trag de tine din toate părţile tu nu eşti niciodată unit şi te vei afla mereu în suferinţă. Doar cel care este stăpân pe sine poate transcende suferinţa.

58. Acest aşa-zis univers apare ca un înşelător spectacol. Pentru a fi fericită, priveşte-l astfel.

Acest Pământ este ca o dramă, deci nu fi prea serios în privinţa sa. Seriozitatea te va băga în bucluc. Nu trebuie să fii serios. Nimic nu este grav; întreaga lume este doar o piesă de teatru.

Dacă poţi privi întreaga lume ca pe o dramă îţi vei câştiga conştiinţa originară. Praful se adună doar pentru că eşti prea serios. Această seriozitate creează probleme. Mergi într-un cinematograf şi priveşte-i pe spectatori. Nu te uita la ecran, uită de el; priveşte-i pe spectatori. Unul râde, altul plânge, altcineva se excită. Doar priveşte oamenii. Ce fac ei? Ce se întâmplă cu ei? Iar pe ecran nu este nimic altceva decât o succesiune de imagini – o succesiune de umbre şi lumini. Ecranul este gol.

Dar cum se excită ei? Imaginea nu este chiar o imagine, filmul nu este chiar un film. Ei au uitat că aceasta este doar o poveste şi au luat-o în serios. A devenit „vie”! Este „reală”! Iar acest lucru se întâmplă peste tot, nu numai într-un cinematograf. Priveşte viaţa din jurul tău. Ce este ea?

Pe această planetă au trăit mulţi oameni. În locul pe care stai au fost îngropaţi cel puţin zece oameni la fel de serioşi ca şi tine. Acum ei nu mai sunt. Unde li s-au scurs

vieţile? Unde li s-au dus problemele? Ei se luptau – se înfruntau chiar şi pentru un centimetru de pământ, iar pământul este aici şi ei nu mai sunt.

Nu spun că problemele lor nu erau probleme. Erau – la fel cum sunt şi ale tale. Ei erau serioşi – aveau probleme legate de viaţă şi de moarte. Dar unde sunt problemele lor? Iar dacă într-o zi va dispărea întreaga umanitate, pământul va continua să existe, copacii vor creşte în continuare, râurile vor curge şi soarele va răsări, iar pământul nu va simţi că lipseşte nimic şi nici nu se va întreba ce s-a întâmplat cu umanitatea.

Priveşte în perspectivă: înapoi, înainte, în toate direcţiile la ce eşti tu, la ce este viaţa ta. Ea pare ca un lung vis şi tot ce consideri a fi serios acum, în momentul următor devine de prisos. Poţi să nici nu-ţi mai aduci aminte de el. Aminteşte-ţi de prima iubire, cât de serioasă era. Viaţa ta depindea de ea. Acum ai uitat-o complet. Vei uita totul. Viaţa este un flux, nimic nu rămâne. Ea este precum un film care se derulează şi în care totul se transformă în altceva. Dar tu simţi că viaţa este ceva foarte serios şi devii tulburat. Această tehnică spune: *Acest aşa-zis univers apare ca un înşelător spectacol. Pentru a fi fericit, priveşte-l astfel*.

În India, noi am numit lumea nu o creaţie a lui Dumnezeu, ci un joc, un *lila*. Acest concept de joc este minunat. Dumnezeul creştin sau evreiesc este foarte serios. Pentru că Adam nu l-a ascultat o singură dată, el a fost aruncat din Grădina Edenului – şi nu numai el, ci întreaga umanitate a fost izgonită. Adam a fost tatăl nostru şi noi suferim din cauza sa. Dumnezeu pare mult prea serios. Trebuie să îl asculţi. Iar dacă se întâmplă să nu îl asculţi te va pedepsi şi pedeapsa va dura enorm de mult timp.

Păcatul izgonirii lui Adam nu este deloc grav. Iar Adam l-a înfăptuit datorită faptului că Dumnezeu i-a spus: „Să nu te apropii de acel copac, Copacul Cunoaşterii, şi nici să nu mănânci din fructele sale”. Această interzicere devine o invitaţie – este ceva psihologic. Din întreaga

grădină, singurul copac atractiv a devenit Copacul Cunoaşterii, tocmai datorită interzicerii.

Orice psiholog poate spune că Dumnezeu a comis o greşeală. Dacă era bine să nu se mănânce din fructele acelui copac, atunci nu trebuia să se discute despre aceasta. Nu exista nicio posibilitate ca Adam să găsească acel copac şi acum umanitatea ar fi continuat să trăiască în Grădina Edenului. Însă acest ordin: „Nu mânca" – a creat problema: acest „nu" a creat întreaga dramă.

Adam a fost izgonit din rai pentru că nu a ascultat, iar această pedeapsă este cam îndelungată. Creştinii spun că Iisus a fost crucificat pentru a ne izbăvi – pentru ca să ne fie iertat păcatul comis de Adam.

Întregul concept creştin se bazează doar pe două persoane. Adam şi Iisus. Adam a comis păcatul şi Iisus a suferit pentru a fi iertat acest păcat. Dar se pare că Dumnezeu încă nu l-a iertat pe Adam. Iisus a fost crucificat, dar umanitatea continuă să sufere în acelaşi mod.

Chiar conceptul de Dumnezeu ca tată este grav şi serios. Conceptul indian consideră creaţia doar un joc. Există reguli, dar sunt doar nişte reguli ale jocului. Nu trebuie să fii serios faţă de ele. Nu există păcate, ci doar greşeli şi tu suferi din cauza unei greşeli şi nu pentru că Dumnezeu te pedepseşte. Tu suferi datorită regulilor pe care nu le urmezi. Dumnezeu nu te pedepseşte. Conceptul de *lila* îi conferă vieţii o culoare dramatică; ea devine doar o lungă dramă. Şi această tehnică este bazată tocmai pe acest concept. *Acest aşa-zis univers apare ca un înşelător spectacol. Pentru a fi fericit, priveşte-l astfel.*

Dacă eşti nefericit înseamnă că l-ai luat prea în serios. Şi nu căuta o cale prin care să fii fericit. Doar schimbă-ţi atitudinea. Nu poţi fi fericit dacă ai o minte serioasă. Cu o minte festivă poţi fi. Consideră această viaţă ca pe un mit ca pe o poveste. Chiar este; şi odată ce o consideri astfel, nu vei mai fi nefericit. Nefericirea apare din prea multă seriozitate. Încearcă, timp de şapte zile, să-ţi aminteşti un singur lucru: că întreaga lume este doar un

spectacol – şi apoi nu vei mai fi acelaşi. Doar şapte zile! Nu o să pierzi nimic, deoarece nu ai ce pierde.

Poţi să încerci, timp de şapte zile ia totul ca pe un spectacol, ca pe o dramă. Aceste şapte zile îţi vor da multe străfulgerări a purităţii tale interioare a naturii tale de buddha. Şi odată ce ai o străfulgerare nu mai poţi fi din nou la fel. Vei fi fericit şi nici măcar nu-ţi poţi închipui ce fericire vei avea deoarece tu nu ai cunoscut încă fericirea. Ai cunoscut doar grade de nefericire: uneori erai mai nefericit, alteori mai puţin nefericit şi asta tu numeai ca fiind fericire. Tu nu ştii ce este fericirea deoarece nu o poţi cunoaşte. Când ai un concept despre lume şi îl iei ca fiind foarte serios, tu nu poţi cunoaşte ce este fericirea. Fericirea apare doar când eşti înrădăcinat în această atitudine, că lumea este doar un joc. Încearcă asta şi fă totul într-un mod foarte festiv, ca un rol – nu ca un lucru real. Dacă eşti un soţ, ai un rol de soţ; dacă eşti soţie, fă-ţi un rol de soţie. Fă ca aceasta să devină un joc. Există şi reguli, bineînţeles: orice joc are nevoie de reguli. Căsătoria este o regulă şi divorţul este o regulă, dar nu fii serios faţă de ele. Ele sunt reguli şi o regulă implică o altă regulă. Divorţul este rău deoarece căsătoria este rea: o regulă implică altă regulă! Dar nu le lua în serios şi apoi priveşte cum se schimbă imediat calitatea vieţii tale.

Du-te acasă şi poartă-te cu soţia sau copiii sau părinţii ca şi cum ai avea un rol într-un spectacol, observă-i frumuseţea. Dacă joci un rol, vei reuşi să fii eficient, fără să fii tulburat. Nu este nevoie. Îţi vei face rolul şi vei adormi după aceea.

Dar ţine minte că este un rol şi ai această atitudine în mod continuu şapte zile. Apoi fericirea îţi poate apare, iar când cunoşti ce este fericirea nu mai ai nevoie să te cufunzi în nefericire deoarece înţelegi că nefericirea era alegerea ta.

Eşti nefericit deoarece ai ales o atitudine greşită faţă de viaţă. Poţi fi fericit dacă alegi o atitudine bună. Buddha dă multă atenţie atitudinii corecte, drepte. El a făcut din asta un principiu, o bază – atitudinea corectă. Care este

atitudinea corectă? Care este criteriul? Pentru mine acesta este criteriul: atitudinea care te face să fii fericit este o atitudine corectă şi nu există niciun criteriu obiectiv. Atitudinea care te face mizerabil şi nefericit este una greşită. Criteriul este subiectiv; fericirea ta este criteriul.

59. O Preaiubito, nu fi atentă nici la plăcere nici la durere, ci între acestea.

Totul este o polaritate şi mintea se mişcă de la un pol la altul, nu stă niciodată în mijloc. Ai cunoscut vreun moment în care nu erai nici fericit nici nefericit? Când nu erai nici bolnav nici sănătos? Ai cunoscut vreun moment când nu erai niciuna nici alta, ci te aflai chiar în mijloc? Mintea trece imediat de la un pol la altul. Dacă eşti fericit mai devreme sau mai târziu vei trece în nefericire: fericirea va dispărea şi vei fi nefericit.

Dacă te simţi bine acum, mâine te vei simţi rău şi nu ai niciun punct de care să te agăţi. Treci imediat de la una la alta. Exact ca pendulul unui ceas vechi, treci de la stânga la dreapta, de la dreapta la stânga şi pendulul continuă să se mişte. Aici există o lege secretă: când pendulul se duce în stânga, el pare că se duce în stânga, dar de fapt acumulează energie pentru a merge spre dreapta. Când merge spre stânga, el strânge energie pentru a se duce spre dreapta; când se duce spre dreapta acumulează energie pentru a se îndrepta spre stânga. Ceea ce se vede nu este totul. Când devii fericit strângi energie pentru a fi nefericit. Deci, oricând te văd râzând, nu este departe momentul când vei plânge.

În satele indiene mamele ştiu aceasta şi când un copil râde prea mult ele spun: „Opreşte-l, că altfel va plânge”. Trebuie să fie aşa. Dacă un copil este atât de fericit următorul său pas nu va fi decât în nefericire. Ele îl opresc. Altfel va fi nefericit. Dar acelaşi lucru se aplică şi invers şi asta nu este cunoscut. Când un copil plânge şi încerci să-l opreşti, tu nu numai că-i opreşti plânsul; tu îi opreşti şi pasul următor. El acum nu mai poate fi fericit. Când un copil plânge permite-i să o facă. Lasă-l să plângă astfel ca atunci când se opreşte să fi atins momentul: acum se poate

îndrepta spre dreapta, poate fi fericit.

Psihanaliştii spun să nu opreşti un copil când plânge şi ţipă, să nu-l distragi. Nu încerca să-i focalizezi mintea în altă parte: nu-l mitui să se oprească. Nu face nimic. Doar stai tăcut lângă el şi lasă-l să plângă, să ţipe astfel ca să poată să fie repede fericit. Noi nu putem face nimic.

Zâmbetul este pe jumătate, lacrimile pe jumătate; totul este confuz.

Dar aceasta este legea naturală a minţii. Ea se mişca de la un pol la altul. Această tehnică este pentru a schimba această lege naturală. *O Preaiubito, nu fi atentă nici la plăcere, nici la durere, ci între acestea*. Poţi alege orice polaritate şi poţi încerca să stai între poli. Ce poţi face să fii în mijloc? Cum să fii în mijloc? Un lucru: când durerea există, ce poţi face? Când ea există tu vrei să scapi de ea. De fapt, încerci să scapi de ea. Efortul tău este făcut pentru a fugi în partea opusă – să fii fericit, să fii fără durere.

Când există fericire ce faci? Faci efortul de a rămâne cu ea astfel ca să nu mai ajungi în celălalt pol – te agăţi de ea! Când fericirea există, încerci să te agăţi de ea; când durerea există, încerci să fugi de ea. Aceasta este atitudinea obişnuită. Dacă vrei să schimbi şi să transcenzi această lege naturală, atunci când durerea apare nu încerca să fugi. Rămâi cu ea. Vei tulbura întregul mecanism. Ai o durere de cap: rămâi cu ea. Închide ochii, meditează asupra ei; rămâi cu ea. Nu face nimic. Doar fii un martor; nu încerca să fugi.

Când fericirea există şi simţi în acel moment că eşti fericit, nu te agăţa de ea. Închide ochii şi rămâi martor. Agăţarea sau scăparea sunt naturale pentru o minte acoperită de praf. Dacă vei fi martor, mai devreme sau mai târziu, vei rămâne la mijloc. Dacă rămâi martor te afli la mijloc.

Buddha şi-a denumit întreaga sa filosofie *majjihim nikai* – calea de mijloc, datorită acestei tehnici. El spune să rămâi mereu în mijloc; indiferent de polaritate rămâi în mijloc. Prin observare se rămâne în mijloc. În momentul în

care pierzi observarea ori te ataşezi ori apare repulsia. Dacă îţi apare repulsia vei ajunge la cealaltă extremă; dacă apare ataşarea vei rămâne în această extremă, dar nu vei fi în mijloc. Fii doar un martor. Durerea de cap există: accept-o. Ea există acolo ca un fapt. Aşa cum este un copac, cum este o casă, cum este noaptea, tot aşa este şi durerea de cap. Accept-o şi închide ochii. Nu încerca să scapi de ea.

Eşti fericit: acceptă faptul. Nu te agăţa de el şi nu încerca să devii nefericit; nu încerca nimic. Dacă apare nefericirea, permite-i să vină. Rămâi doar ca un observator pe deal, doar vezi lucrurile. Dimineaţa apare, apoi seara, apoi soarele răsare şi apune, apar stelele şi luna, se lasă întunericul, apoi iarăşi răsare soarele – şi tu eşti doar un observator de pe un deal. Nu poţi face nimic. Tu doar vezi. Dimineaţa a venit; notezi faptul şi acum ştii că va veni seara, deoarece ea urmează dimineţii. Şi când seara apare, notezi faptul şi ştii că va veni dimineaţa, deoarece aceasta urmează serii.

Când durerea apare tu eşti doar un observator. Ştii că durerea a apărut şi că, mai devreme sau mai târziu, ea va dispărea şi îi va urma polul opus. Când fericirea vine tu ştii că ea nu va fi veşnică. Nefericirea este ascunsă după ea. Tu rămâi un observator. Dacă poţi urmări totul fără atracţie şi fără repulsie vei rămâne la mijloc, când pendulul se opreşte la mijloc poţi vedea pentru prima oară ce este lumea.

Dacă te agiţi nu poţi şti ce este lumea; mişcarea ta îţi generează o stare de confuzie. Când nu te mai agiţi poţi privi lumea. Pentru prima oară cunoşti ce este realitatea. Aceasta o poate cunoaşte doar o minte care nu se mişcă; cea care se mişcă nu poate cunoaşte ce este realitatea. Mintea ta este ca o cameră video: o mişti şi filmezi, cu ea, dar ce vei vedea atunci nu va fi decât ceva confuz, deoarece videocamera nu trebuie mişcată. Dacă ea se mişcă imaginile vor fi confuze.

Conştiinţa ta se mişca de la o polaritate la alta şi ceea ce cunoşti ca realitate este doar ceva confuz, un

coşmar. Tu nu mai ştii ce este ce; totul este confuz, amestecat. Dacă rămâi în mijloc şi pendulul este oprit, dacă acum conştiinţa ta este focalizată, centrată, atunci poţi cunoaşte ce este realitatea. Doar o minte fermă, nemişcată poate cunoaşte ce este adevărul. *O Preaiubito, nu fi atentă nici la plăcere nici la durere, ci între acestea.*

60. Obiectele şi dorinţele există în mine ca şi în alţii. Deci, acceptându-le, lasă să fie transformate.

Această tehnică poate fi de mare ajutor. Când eşti înfuriat îţi justifici întotdeauna furia, dar când altcineva se înfurie atunci începi să critici. Nebunia ta este naturală, dar a altora este doar perversiune. Orice faci este bine – chiar dacă nu a fost bine, a fost ceva necesar de făcut. Întotdeauna găseşti scuze, raţionezi totul favorabil ţie.

Acelaşi lucru îl fac şi alţii, dar atunci nu mai raţionezi nimic. Dacă ai fost furios, spui că a fost necesar pentru a ajuta pe cineva. Dacă nu ai fi fost furios, celălalt ar fi căpătat un obicei prost sau ar fi luat-o pe un drum greşit, deci a fost bine să îi dai o lecţie, o pedeapsă. Totul a fost pentru binele celuilalt. Dar când cineva se înfurie pe tine, nu mai aplici aceeaşi raţiune. Omul acela este nebun, este rău.

Noi avem nişte standarde duble – unele pentru noi şi altele pentru ceilalţi. Dar o astfel de minte va fi mereu în suferinţă. O astfel de minte nu este justă şi până când mintea ta nu este justă nu poţi avea o vedere clară a adevărului. Dar o minte justă poate părăsi acest standard dublu.

Iisus spune: „Nu face altora ce ţie nu îţi place să ţi se facă”. Acesta este un standard similar tuturor. Această tehnică se bazează pe ideea unui unic standard: *Obiectele şi dorinţele există în mine ca şi în alţii*... Tu nu eşti excepţional, deşi fiecare crede că este excepţional. Dacă crezi că eşti excepţional atunci află că aşa gândeşte orice minte obişnuită. Cel mai extraordinar lucru este acela de a cunoaşte că eşti obişnuit, ordinar.

Cineva la întrebat pe Suzuki ceva despre maestrul acestuia: „Ce anume a fost excepţional la învăţătorul tău?”

Suzuki a răspuns: „Singurul lucru pe care nu-l voi uita niciodată este următorul: nu am mai văzut niciodată un om care să gândească despre el că este atât de ordinar, de obişnuit. El era obişnuit. Acesta este cel mai extraordinar lucru, deoarece fiecare minte obişnuită crede că este excepţională şi extraordinară”.

Dar nimeni nu este extraordinar şi dacă ştii acest lucru devii extraordinar. Fiecare este ca oricine altcineva. Aceleaşi dorinţe care bântuiesc prin tine, bântuiesc prin oricine. Dar tu denumeşti dorinţa ta sexuală iubire; iubirea altora o denumeşti sex. Orice faci, îţi protejezi acţiunile. Spui că este bine, frumos. De aceea o şi faci pentru că este ceva bun, iar acelaşi lucru făcut de alţii nu este la fel. Şi asta nu se întâmplă doar la persoane; ci şi la naţiuni, la rase. De aceea, întreaga lume a devenit un balamuc.

Dacă India începe să-şi întărească armata consideri că acest lucru este pentru apărare. Fiecare guvern din lume îşi denumeşte organizarea sa militară ca fiind de apărare. Atunci cine mai atacă? Dacă toţi se apără atunci cine mai este agresorul? Dacă urmăreşti istoria nu poţi găsi pe nimeni ca fiind agresor. Bineînţeles că cel învins va fi agresorul. Cei învinşi se dovedesc întotdeauna a fi fost agresorii, deoarece ei nu pot scrie istoria. Cei victorioşi scriu istoria.

Dacă Hitler ar fi câştigat, atunci istoria ar fi arătat altfel. Atunci el ar fi fost salvatorul umanităţii şi nu agresorul. Atunci Churchill şi Roosevelt şi alţi aliaţi ar fi fost agresorii şi atunci ei ar fi fost distruşi. Dar, deoarece Hitler nu a putut câştiga el este agresorul, iar Churchill, Roosevelt, Stalin şi alţii au salvat umanitatea. Aceeaşi logică apare nu numai între persoane, ci în orice facem. Noi suntem ceva diferiţi de alţii.

Nimeni nu este diferit! O minte religioasă ştie că toţi sunt la fel şi dacă ai scuze pentru tine, atunci găseşte scuze şi pentru ceilalţi. Dacă îi critici pe alţii, critică-te şi pe tine. Nu crea două standarde. Un singur standard este necesar şi acesta îţi poate transforma în totalitate fiinţa, deoarece cu el poţi deveni just şi poţi privi pentru prima

oară direct în realitate, aşa cum este ea. *Obiectele şi dorinţele exista în mine ca şi în alţii. Deci, acceptându-le, lasă să fie transformate*.

Acceptă-le şi vor fi transformate. Ce facem noi? Acceptăm că acestea există în alţii. Orice este greşit există în alţii; orice este bun există în noi. Atunci cum poţi fi tu transformat? înseamnă că eşti deja transformat. Tu crezi că eşti deja bun şi că alţii sunt răi: lumea are nevoie de o transformare, nu tu. De aceea există întotdeauna lideri, mişcări, profeţi. Ei continuă să strige de pe acoperişuri că lumea trebuie să se schimbe, că trebuie să facem revoluţii şi noi am făcut tot felul de revoluţii şi totuşi nimic nu se schimbă.

Omul rămâne la fel şi pământul se află în aceeaşi mizerie. Doar etichetele, feţele, se schimbă, dar mizeria continuă. Nu este însă vorba de cum trebuie schimbată lumea, lumea nu este greşită; tu eşti. Întrebarea se pune cum să te schimbi tu.

„Cum să mă transform eu?" – iată o întrebare religioasă: „Cum să se transforme ceilalţi?" – aceasta este politică. Dar politicianul crede că el este în regulă: modelul care trebuie urmat de toată lumea. El este modelul, idealul şi până la el trebuie schimbat totul. Omul religios vede în el ceea ce vede şi în oricine altcineva.

Dacă vede violenţa, se întreabă imediat dacă există aceasta şi în el. Dacă vede lăcomie, se întreabă dacă oare aceeaşi lăcomie se află sau nu şi în el. Şi cu cât caută mai mult, cu atât vede mai bine că el este sursa tuturor relelor. Atunci nu se mai pune problema de a schimba lumea, ci de a se transforma pe sine. Iar transformarea începe din momentul în care accepţi un singur standard. Atunci deja te transformi.

Nu-i condamna pe alţii. Eu nu spun să te condamni pe tine – nu! Doar nu-i condamna pe alţii. Şi dacă nu-i condamni vei avea o profundă compasiune pentru ei, deoarece acolo sunt aceleaşi probleme ca şi aici. Dacă cineva comite un păcat, un păcat în ochii societăţii, începi să-l condamni negândindu-te deloc că şi tu ai în tine

sămânţa comiterii acelui păcat. Dacă cineva comite o crimă, tu îl condamni, dar oare tu nu te-ai gândit niciodată să omori pe cineva? Acea sămânţă potenţială nu există mereu acolo? Omul care a comis o crimă nu era un ucigaş cu un moment înainte, dar sămânţa există. Şi ea există şi în tine. Un moment mai târziu, cine ştie? Poţi fi un ucigaş. Deci nu-l condamna pe celălalt. Mai degrabă acceptă. Apoi vei simţi o profundă compasiune pentru el, deoarece el a făcut ceva ce este capabil oricine să facă; chiar şi tu.

O minte non-condamnatorie va avea compasiune; va avea o adâncă acceptare. Acel om va şti că aşa este umanitatea şi că „aşa sunt şi eu”. Atunci întreaga lume va deveni doar o reflecţie a propriului tău sine. Atunci pentru tine fiecare faţă va deveni o oglindă; te priveşti pe tine în orice chip al altui om.

Obiectele, *dorinţele există în mine ca şi în alţii*. *Deci*, *acceptându-le*, *lasă să fie transformate*. Acceptarea devine transformare. Este dificil de înţeles, deoarece noi respingem mereu şi prin asta nu putem transforma nimic. Eşti lacom, dar respingi acest fapt. Nimeni nu vrea să se gândească la el ca fiind lacom. Eşti sexual, dar respingi asta. Nimeni nu vrea să se simtă sexual.

Ai furie, dar o respingi. Îţi creezi o faţadă şi încerci s-o justifici. Nu simţi niciodată că eşti furios sau că eşti chiar furia.

Însă respingerea nu transformă niciodată nimic. Ea doar suprimă şi ce este suprimat devine mai puternic. Acel lucru suprimat se duce în adâncul inconştientului tău şi începe să funcţioneze de acolo. Şi din acel întuneric de unde funcţionează, el devine mai puternic. Acum nu-l poţi accepta, deoarece nici nu eşti conştient de el. Acceptarea aduce totul la suprafaţă. Nu este nevoie de suprimare.

Tu eşti lacom, eşti sexual, furios şi poţi accepta aceste lucruri ca nişte fapte naturale fără nicio condamnare. Nu este nicio nevoie să le suprimi. Lasă-le să vină la suprafaţa minţii, pentru că de acolo ele pot fi aruncate foarte uşor. Din centrul interior ele nu pot fi aruncate. Şi când ele sunt la suprafaţă tu eşti mereu

conştient de ele, dar când sunt în inconştient, nu mai poţi fi conştient de acestea. Şi o boală de care eşti conştient poate fi vindecată: cea de care nu eşti conştient nu poate fi vindecată.

Adu totul la suprafaţă. Acceptă umanitatea ta, acceptă animalitatea ta. Acceptă totul fără nicio condamnare. Este acolo, fii conştient de ea. Lăcomia este acolo; nu încerca s-o faci să pară nonlăcomie. Nu poţi. Şi dacă încerci, o vei reprima. Nonlăcomia ta va fi doar o altă formă de lăcomie şi nimic altceva. Nu încerca s-o schimbi în altceva; nu poţi face asta. Dacă vrei s-o schimbi, ce vei face? O minte lacomă poate fi atrasă doar de idealul de non – lăcomie dacă prin acesta este posibilă o lăcomie mai mare. Dacă cineva îţi spune: „Dacă îţi părăseşti toate bogăţiile vei putea intră în regatul lui Dumnezeu” – atunci poţi renunţa. A devenit posibilă o lăcomie mai mare. Acesta este un troc.

Lăcomia nu trebuie să devină nonlăcomie; lăcomia trebuie transcensă. Tu nu o poţi schimba.

Cum poate o minte violentă să devină non-violentă? Dacă te forţezi să devii non-violent, aceasta va fi o violenţă asupra ta. Nu poţi schimba ceva în altceva, ci poţi doar să fii conştient şi să accepţi. Acceptă lăcomia aşa cum este ea. Prin acceptare nu se înţelege că nu mai este nevoie să o transformi. Prin acceptare se înţelege doar că tu trebuie să accepţi naturalul aşa cum este el. Apoi pătrunde în viaţă ştiind bine că acolo există lăcomia. Fă orice, dar aminteşte-ţi că lăcomia există în tine. Această conştientizare te va transforma. Ea transformă, deoarece nu vei putea fi lacom cunoscând asta, nu vei putea fi furios în mod conştient.

Pentru furie, lăcomie, violenţă, o cerinţă de bază pentru existenţa lor este inconştienţa; aşa cum nu poţi lua în mod conştient otravă sau cum nu poţi în mod conştient să-ţi pui mâna în foc. Inconştient o poţi pune. Dacă nu ştii ce este focul, poţi băga mâna în el. Dar dacă ştii că el arde, nu poţi să-ţi pui mâna în el.

Cu cât creşte conştientizarea ta, cunoaşterea ta, cu atât mai mult lăcomia devine ca focul şi furia ca otrava. Ele

devin pur şi simplu imposibil e. Ele dispar fără nicio reprimare. Şi când lăcomia dispare fără ajutorul unui ideal de nonlăcomie, aceasta va avea propria sa frumuseţe. Când violenţa dispare fără idealul non-violenţei, aceasta va avea frumuseţea sa.

Altminteri, un om non-violent este foarte violent înăuntru. Violenţa este undeva ascunsă şi o poţi vedea chiar prin non-violenţa sa. El îşi va impune, va forţa conceptul de non-violenţă asupra lui şi asupra altora într-un mod foarte violent. Această violenţă va deveni subtilă. Această sutră spune că acceptarea este transformare, deoarece prin acceptare devine posibilă conştientizarea.

38. SPRE FIINŢA AUTENTICĂ

27. II.1973, Bombay

ÎNTREBĂRI:

1. Cum devine mintea modernă identificată cu praful experienţelor trecute?

2. Dacă cineva simte viaţa ca pe o psihodramă, atunci acesta se simte totodată şi singur. Care este atitudinea corectă faţă de viaţă?

3. Cum să creşti simultan şi în tăcere, linişte şi în joacă şi în bucurie?

4. Ai spus că acceptarea transformă, dar atunci de ce acceptarea simţurilor şi dorinţelor m-au făcut să mă simt ca un animal?

A

1. În ce fel mintea originară modernizată devine identificată cu praful experienţelor şi cunoaşterii trecute?

Mintea este pură şi nu poate intra în ea niciun fel de impuritate. Este imposibil. Mintea este natura-de-buddha, este finalul. Şi când spun minte, nu mă refer la mintea ta, ci la mintea unde nu există tu şi eu. Tu eşti impuritatea. Chiar în spatele tău se află mintea originară. Tu eşti praful. Deci, mai întâi urmăreşte să te analizezi ce eşti şi apoi vei fi capabil să înţelegi cum mintea devine identificată cu trecutul, cu memoriile.

Ce eşti tu? Dacă te întreb acest lucru, îmi vei putea răspunde în două moduri. Poţi da un răspuns verbal prin

care îmi vei relata trecutul tău: „Numele meu este cutare. Aparţin unei anumite familii, unei anumite religii, unei anumite ţări. Sunt educat sau needucat, bogat sau sărac”. Dar acestea nu sunt decât nişte experienţe trecute, nu te reprezintă. Tu ai trecut prin ele, au fost un culoar, iar trecutul se acumulează.

Acesta va fi răspunsul verbal, dar nu şi răspunsul real. Acesta va fi doar ego-ul, doar o argumentare a minţii. Chiar acum dacă îţi părăseşti trecutul – dacă uiţi de părinţi, de familie, de religie, de ţara ta, de toate aceste accidente – dacă uiţi de tot şi rămâi cu tine însuţi aici şi acum, cine eşti tu? În conştiinţă nu îţi va apărea niciun nume, nicio formă – doar o simplă conştientizare că tu eşti. Nu vei putea să spui cine eşti. Vei afirma simplu „eu sunt”. În momentul în care răspunzi la întrebarea „cine”, atunci începi să te îndrepţi spre trecut.

Tu eşti doar o conştiinţă, o minte pură, o oglindă inocentă.

612

Chiar acum, chiar în această clipă, tu eşti. Cine eşti tu? Doar o simplă conştientizare că „eu sunt”. Nici chiar „eu”-l nu este necesar. Cu cât pătrunzi mai adânc cu atât vei simţi mai mult doar „sunt”, doar existenţa. Această existenţă este mintea pură, dar această existenţă nu are o formă; este fără de formă *nirakar*. Această existentă nu are nume; este fără de nume – *anam*.

Va fi dificil să te prezinţi cuiva astfel. În societate, în legăturile cu alţii ai nevoie de un nume, de o formă, trecutul îţi dă o formă şi un nume. Acestea sunt folositoare. Fără ele ar fi dificil de supravieţuit. Ele sunt necesare, dar ele nu sunt *tu*; ele sunt doar nişte etichete. Datorită acestei nevoi utilitare mintea devine identificată cu numele şi forma.

Un copil este născut. El este o simplă conştiinţă, dar tu va trebui să-l strigi într-un fel şi astfel îi vei da un nume. La început, copilul va folosi propriul său nume. El nu va spune; „Mie mi-e foame”, ci va spune: „Rama se simte înfometat” – Rama este numele său. El va spune: „Rama

este foarte furios”. Mai târziu însă el va învăţa că nu poate folosi numele în acest mod; el nu poate să se denumească pe el Rama. Rama este numele prin care este strigat de alţii. Atunci va învăţa să-l folosească pe „eu”.

Mai întâi el va deveni identificat cu „Rama”, numele prin care ceilalţi îl strigă; apoi se va identifica cu „eu”. Este ceva utilitar. Ai nevoie de asta. Fără acest lucru supravieţuirea va fi dificilă. Datorită acestei nevoi utilitare omul devine identificat. Tu poţi depăşi această identificare şi în momentul în care începi să treci de ea şi vei descoperi conştiinţa originară. Atunci vei începe meditaţia şi poţi începe meditaţia doar când ai devenit frustrat de numele şi forma ta şi de lumea de care acestea aparţin.

Religia începe când tu devii frustrat, total frustrat, când lumea numelui şi formei devine total lipsită de sens. Este chiar aşa? În final *este* fără sens. Acest sentiment te va face să fii neliniştit. Iar această nelinişte este începutul căutării religioase. Devii neliniştit deoarece cu această etichetă nu te poţi identifica total, nu poţi deveni total identificat cu ea. Eticheta rămâne o etichetă; tu rămâi ceea ce eşti. Această etichetă te acoperă puţin, dar nu poate să devină totalitatea ta. Şi cândva vei fi sătul de această etichetă. Vrei să afli cine eşti. Şi în momentul în care întrebi sincer: „Cine sunt eu?” – eşti într-o călătorie diferită; tu transcenzi.

Această identificare este naturală. Mai există şi un alt motiv din care cauză este aşa de uşor să fii identificat. Aici ne aflăm într-o încăpere; dacă îţi spun: „Priveşte camera” – unde te vei uita? Te vei uita la pereţi. Pereţii nu sunt camera: încăperea este doar spaţiul de acolo; ea nu este zidul sau zidurile, acestea sunt doar nişte limite ale spaţiului pe care noi îl numim cameră. Dar dacă îţi spun să te uiţi la cameră tu vei privi pereţii deoarece nu poţi privi altceva.

Tu eşti doar spaţiul interior: numele şi forma ta sunt pereţii.

Ele îţi dau o limită, o definiţie, un loc definit. Tu poţi fi identificat cu această limitare: altminteri eşti zero –

shunya – vacuitate, goliciune! nimic.

Acest nimic este acolo, acest spaţiu interior este acolo.

Priveşte astfel. Tu inspiri şi expiri. Dacă inspiri şi expiri în tăcere, în linişte şi în minte nu există nimic, niciun proces al gândirii şi stai sub un copac inspirând şi expirând ce simţi? Vei simţi că există un spaţiu exterior, un spaţiu interior. Respiraţia pătrunde în spaţiul interior, respiraţia iese în spaţiul exterior, dar unde eşti tu? Acolo nu sunt decât două spaţii. Gâtul tău este doar o uşă. Când respiraţia intră, ea forţează uşa şi pătrunde înăuntru. Când respiraţia iese, ea forţează din nou uşa şi iese. Gâtul tău nu este decât o uşă rabatabilă şi acolo sunt două spaţii – exterior şi interior. Iar dacă această uşă se rupe, atunci nu mai sunt nici măcar două spaţii – doar unul.

Va începe să-ţi fie frică dacă simţi un gol, un nimic în tine. Tu vrei ceva definit, ceva definibil. Înăuntru nu există nimic definit; spaţiul exterior este infinit şi cel interior de asemenea infinit. De aceea, Buddha a spus că nu există nimic. Tu eşti doar un spaţiu gol – infinit.

Este dificil să te simţi pe tine ca fiind acest spaţiu infinit până nu depui un efort intens în acest sens. Omul devine identificat cu limitele. Este mai uşor să te simţi ca fiind limitat. Numele tău este doar o limită, o graniţă, la fel ca şi gândurile tale.

Pentru utilitatea exterioară, pentru comoditatea ta de asemenea, tu devii identificat. Atunci, odată ce eşti identificat, acumularea începe să înainteze şi prin această acumulare simţi o satisfacere a ego-ului. Eşti identificat cu bogăţiile tale şi apoi începi să acumulezi. Ai un sentiment de creştere. Ai o casă mare, apoi una mai mare şi mai mare, şi aşa simţi că tu creşti mai mare, astfel născându-se lăcomia.

Lăcomia nu este altceva decât o expansiune, un efort de expansiune al ego-ului. Dar oricât de mare ai deveni în ego-ul tău, nu poţi deveni niciodată infinit. Dar dacă poţi privi în vacuitate, în nimicnicie, tu eşti infinit înăuntru.

De aceea, ego-ul nu este niciodată satisfăcut. În final,

el este frustrat. Nu poate deveni infinit: va rămâne finit.

Astfel apar mereu insatisfacţiile spirituale. Tu eşti infinit. Nimic mai puţin ca infinitul nu te va ajuta şi nimic mai puţin că el nu te va satisface vreodată. Fiecare limită va fi finită. Ea este necesară, folositoare, dar neadevărată, nu este adevărul. Această oglindă interioară, această minte interioară este conştiinţa pură – doar conştiinţa.

Priveşte lumina, spui că încăperea este plină de lumină, dar cum vezi lumina? Nu ai văzut niciodată lumina prin ea însăşi, nu o poţi vedea; tu vezi întotdeauna ceva luminat. Lumina cade pe pereţi, pe cărţi, pe alte persoane. Ea este reflectată pe aceste obiecte. Datorită faptului că poţi vedea obiectele spui că acolo este lumină. Când nu poţi vedea obiectele spui că acolo este întuneric. Nu ai văzut niciodată lumina pură în ea însăşi. Ea este văzută doar fiind reflectată pe un anumit obiect.

Conştiinţa este chiar mai pură decât lumina. Este posibilitatea cea mai pură din existenţă. Dacă devii total tăcut, toate limitele dispar şi nu vei fi capabil să spui cine eşti. Tu doar eşti, deoarece atunci nu mai este niciun obiect pe care să-l simţi în contrast cu tine. Nu poţi spune că eşti un subiect, suflet sau chiar conştiinţa. Datorită acestei purităţi a conştiinţei tu te cunoşti întotdeauna pe tine prin altcineva; nu te poţi cunoaşte în mod direct. Aşa că, atunci când creezi limite sau graniţe, simţi că te cunoşti pe tine; prin bogăţiile tale simţi că te cunoşti pe tine. Ceva din jurul tău devine limita şi conştiinţa pură este reflectată înapoi.

Când Buddha a atins iluminarea a spus: „Eu nu mai sunt”. Când tu atingi acea stare şi tu vei spune acelaşi lucru, deoarece cum ai mai putea fi fără o limită, o graniţă? Când Shankara a atins acea stare a afirmat: „Eu sunt totul”. Ambele înseamnă acelaşi lucru. Dacă eşti totul, nu mai eşti tu. Totul sau nimic doar două posibilităţi există, dar în ambele tu nu mai eşti. Dacă eşti totul, Brahman, atunci tu nu mai eşti. Dacă tu eşti nimic, un nimic total, atunci de asemenea nu mai eşti. Din această cauză în viaţă este necesar să devii identificat. Şi este bine, deoarece

până când nu devii identificat nu poţi deveni neidentificat. Până când nu te identifici nu poţi deveni neidentificat! Cel puţin o dată trebuie să devii identificat.

Este astfel: dacă te-ai născut sănătos şi nu ai fost niciodată bolnav, nu vei fi niciodată conştient de sănătatea ta. Nu poţi fi, deoarece conştientizarea sănătăţii are nevoie de un fundal al bolii. Trebuie să te îmbolnăveşti pentru a şti că ai fost sănătos sau pentru a şti ce este sănătatea. Celălalt pol este necesar. Ştiinţa esoterică orientală spune că de aceea există lumea, pentru a putea experimenta faptul că eşti divin. Lumea oferă contrastul.

Mergi într-o şcoală şi vei vedea că profesorul scrie pe tablă neagră cu cretă albă. Aceasta este o polaritate. El poate scrie şi pe o tablă albă, dar va fi ceva fără sens, deoarece atunci nu se va vedea nimic pe tablă. Doar pe o tablă neagră se poate scrie cu cretă albă pentru a se vedea ce scrie. Tabla neagră este o necesitate pentru ca scrisul alb să poată deveni vizibil.

Lumea este doar o tablă neagră şi tu devii vizibil datorită ei. Aceasta este o polaritate inseparabilă şi e bine că este aşa. De aceea, în Orient noi nu am spus niciodată că lumea este ceva rău; noi o considerăm doar ca o şcoală. Ea este bună, deoarece doar în contrast îţi vei putea cunoaşte puritatea. Când vii în lume tu devii identificat. Tu intri odată cu identificarea; astfel începe lumea. Deci va trebui să te îmbolnăveşti pentru a-ţi cunoaşte sănătatea interioară.

O întrebare fundamentală în toată lumea a fost următoarea: De ce există lumea? De ce există totul? Au fost date multe răspunsuri, dar toate acestea sunt superflue. O singură atitudine pare a îi plină de sens şi foarte profundă – aceea că lumea este doar o tablă neagră; fără ea nu poţi deveni conştient de conştiinţa ta interioară.

Mi-am amintit o povestioară. Un om – foarte bogat, cel mai bogat din ţară – a început să fie neliniştit, să devină frustrat. El simţea că viaţa nu are sens. Avea tot ce îşi dorea, dar toate acestea se dovedeau a fi fără rost. Doar ceva ce nu putea fi obţinut putea avea sens. El avea deci

tot ce voia – chiar toată lumea dacă îşi dorea asta – dar ce să facă acum? E1 era frustrat şi complet nesatisfăcut înăuntrul său.

Aşa că şi-a adunat toate bunurile, aur, bijuterii, totul într-un mare sac şi a plecat într-o călătorie în care să găsească pe cineva care să-i dea ceva de valoare, o fărâmă de fericire. Atunci el şi-ar fi dat toate averile sale de-o viaţă acelui om. Astfel că a trecut de la un învăţător la altul, a tot călătorit, dar nimeni nu a fost capabil să-i dea ceea ce voia. Şi era pregătit să ofere totul – întregul său regat.

Apoi, a ajuns într-un sat şi a întrebat de Mulla Nasruddin care era fachirul acelui loc. Cineva din sat i-a spus: „Mulla Nasruddin stă chiar în afara oraşului şi meditează sub un copac. Du-te acolo şi dacă el nu-ţi poate da o fărâmă de fericire, atunci uită de tot ce cauţi. Atunci te poţi duce peste tot în lume, dar nu o vei obţine. Dacă el nu poate să-ţi ofere fericirea, atunci nu mai este nicio posibilitate pentru tine să o obţii.

Aşa că omul nostru a devenit foarte entuziasmat de ceea ce auzise. S-a dus la Nasruddin. Soarele apunea. El i-a spus: „Iată pentru ce am venit: toate averea mea se află în acest sac şi ţi-o pot da ţie dacă îmi poţi oferi o strălfulgerare a fericirii”.

Mulla Nasruddin a ascultat. Seara se lasă şi se întuneca. Fără să-i răspundă, Nasruddin i-a înşfăcat sacul şi a fugit. Bineînţeles că bogatul a fugit după el ţipând şi plângând. Străzile satului îi erau bine cunoscute lui Nasruddin; omului bogat nu-i era cunoscut satul şi astfel nu l-a mai putut găsi. Oameni din tot satul au început să se strângă, să meargă după ei. Nasruddin fugea şi fugea. Bogatul aproape că înnebunise şi spunea plângând: „Am fost furat de toate bogăţiile vieţii mele. Sunt sărac! Am devenit un cerşetor!” Plângea, se tânguia.

Apoi Nasruddin a ajuns din nou lângă copacul sub care obişnuia să mediteze, a pus sacul în faţa copacului şi s-a ascuns în spatele copacului. Bogătaşul a venit acolo şi când a văzut sacul a căzut pe el şi a început să plângă de bucurie. Nasruddin privindu-l de după copac i-a spus:

„Acum eşti fericit, omule? Ai vrut o fărâmă de fericire?” A răspuns: „Sunt la fel de fericit cum poate fi oricine după pământ”.

Ce s-a întâmplat? Pentru a avea un vârf este nevoie de o vale. Pentru a simţi fericirea este nevoie de nefericire. Pentru a cunoaşte divinul este nevoie de lume. Lumea este doar o vale. Omul era la fel, sacul era acelaşi. Nimic nou nu s-a întâmplat, dar acum el a spus că este fericit – la fel cum poate fi oricine pe pământ – şi chiar cu câteva momente înainte era suferind.

Nimic nu s-a schimbat. Omul era la fel, sacul era la fel, copacul era la fel. Nimic nu s-a schimbat, dar acum omul era fericit, dansa de fericire.

Contrastul s-a întâmplat. Conştiinţa devine identificată, deoarece lumea există prin identificare şi prin lume te poţi recâştiga pe tine însuţi.

Când Buddha s-a realizat a fost întrebat: „Ce ai atins?” A răspuns: „Nimic. Dimpotrivă, am pierdut mult. Nu am atins nimic, deoarece acum ştiu că orice am atins a fost întotdeauna acolo; era natura mea. Nu mi-a fost niciodată luată, aşa că nu am atins nimic. Am atins ceea ce era deja acolo ce era deja atinsă. Mi-am pierdut doar ignoranţa”.

Identificarea este ignoranţă. Ea este o parte din acest mare joc – *lila*, jocul cosmic – şi tu trebuie să te pierzi pe tine pentru a te găsi din nou. Această pierdere de sine este doar o cale şi singura prin care te poţi regăsi. Dacă te-ai pierdut, te poţi regăsi. Dacă nu te-ai pierdut destul, va trebui să te mai pierzi. Şi nimic nu poate fi făcut înainte; înainte de această pierdere nu este posibil niciun ajutor. Până nu eşti complet pierdut în vale, în întuneric, în lume, în samsara, nimic nu poate fi făcut. Pierde astfel ca să poţi câştiga. Pare paradoxal, dar aşa este lumea, acesta este procesul.

2. Dacă cineva începe să simtă faptul că viaţa este o psihodramă, atunci acesta se va simţi singur şi detaşat. Astfel intensitatea, sinceritatea, profunzimea trăirii este pierdută. Te rog, spune ce se poate face în acesta situaţie.

Care este atunci atitudinea corectă pe care trebuie să o avem faţă de viaţă?

Dacă cineva începe să simtă „că viaţa este o psihodramă, atunci acela se va simţi detaşat şi singur…” Atunci simte asta! De ce să creezi o problemă. Dacă te simţi detaşat şi singur, atunci simte-te aşa! Dar noi continuăm să ne creăm probleme. Orice se întâmplă noi vom crea probleme. Simte-te singur şi detaşat şi dacă poţi fi liniştit, împăcat cu singurătatea ta, aceasta dispare. Dacă însă începi să faci ceva cu ea pentru a o transcende, ea nu va dispărea niciodată; va rămâne acolo. O tendinţă nouă în psihologie şi psihanaliză spune că orice poate dispărea dacă rămâi cu acel lucru fără a crea vreo problemă – iar aceasta este una din cele mai vechi învăţături din tantra.

În Japonia, în ultimii 10 – 12 ani, s-a folosit o mică tehnică psihoterapeutică. Psihanaliştii şi psihiatrii din Occident au studiat-o şi ei. Este o minunată terapie zen. Dacă cineva devine nevrotic sau are vreo psihoză, acel om este pus într-o cameră şi i se spune: „Rămâi cu tine însuţi, oricum eşti. Nevrotic? E bine! atunci fii nevrotic şi trăieşte cu asta!” Iar doctorii nu intervin. I se asigură hrana şi tot ce are nevoie, i se dă atenţie, dar nu se intervine. El trebuie să trăiască cu el însuşi şi până în zece zile începe să se transforme. Psihanaliza occidentală poate lucra ani de zile asupra unui astfel de caz şi nimic nu se schimbă. Ce se întâmplă prin această tehnică? Nu există nicio intervenţie din afară. Există doar o acceptare a faptului că: „OK eşti nevrotic. Nimic nu poate fi făcut”.

Zen spune că este în regulă dacă un copac este mic şi altul este mare: unul este mic şi altul mare şi nu se poate face nimic. Odată ce accepţi un lucru, deja îl transcenzi.

Unul dintre cei mai originali psihiatri din Anglia, R.D. Laing, a propus următorul lucru: dacă putem lăsa un nebun cu el însuşi, doar să-i arătăm o atenţie iubitoare, să-i îndeplinim toate nevoile, dar să nu intervenim, atunci el îşi va depăşi nebunia în trei-patru săptămâni. El spune că nicio nebunie nu poate dura mai mult de zece zile dacă nu

se intervine în ea. Dacă intervii, atunci prelungeşti procesul.

Ce se întâmplă atunci când nu intervii faţă de nimic? Te simţi singur, simte-te singur: aşa eşti tu. Dar tu atunci începi să faci ceva şi astfel eşti divizat. Atunci o parte din tine simte singurătatea, iar altă parte încearcă s-o schimbe. Este absurd. Este ca şi cum te-ai trage în sus singur de şireturile de la pantofi. Absurd! Eşti singur, deci ce poţi face? Nimeni nu poate face nimic. Eşti singur, deci fii singur. Aceasta este soarta ta; aşa eşti tu. Ce se va întâmpla dacă accepţi? Dacă o accepţi, tu vei deveni unul, fragmentele vor dispărea, vei fi întreg – nedivizat.

Dacă eşti deprimat, fii deprimat; nu face nimic. Şi ce ai putea face? Orice faci va fi făcut într-o stare de deprimare, deci aceasta va crea mai multă confuzie. Te poţi ruga lui Dumnezeu, dar te vei ruga într-un mod atât de deprimat încât prin rugăciunile tale îl vei face întrista şi pe Dumnezeu. Nu face o astfel de greşeală. Rugăciunea ta va fi o rugăciune deprimantă.

Poţi medita, dar ce vei face? Deprimarea va exista acolo. Deoarece eşti deprimat, orice faci, oricărei acţiuni îi va urma deprimarea. Şi pentru că nu reuşeşti, acolo va fi creată mai multă confuzie, mai multă frustrare. Şi când nu poţi reuşi te vei simţi mai deprimat, iar asta va continua la infinit. Este mai bine să rămâi cu prima deprimare decât să creezi un al doilea cerc şi apoi un al treilea. Rămâi cu prima; originalul este minunat. Al doilea lucru va fi fa ls, iar al treilea va fi un ecou îndepărtat. Nu crea aceste lucruri. Primul este minunat. Tu eşti deprimat, aşa îţi apare ţie existenţa în acest moment.

Eşti deprimat, deci rămâi cu ea. Aşteaptă şi priveşte. Nu poţi fi deprimat mult timp, deoarece în această lume nimic nu este permanent. Această lume este ca un flux. Această lume nu îşi va schimba legea ei fundamentală pentru tine, astfel ca tu să rămâi veşnic deprimat. Nimic nu există în mod permanent; totul se mişcă şi se schimbă. Existenţa este un râu; el nu se poate opri pentru tine, doar pentru tine, astfel ca tu să rămâi veşnic deprimat.

Existenţa se mişcă, deja s-a mişcat. Dacă îţi priveşti propria deprimare, vei simţi cum deprimarea ta nu mai este la fel în următorul moment: este diferită, s-a schimbat, se schimbă. Doar priveşte-o, rămâi cu ea şi nu face nimic. Astfel apare transformarea prin non-acţiune. Asta este ceea ce se înţelege prin „efort fără-de-efort”.

Simte deprimarea, gust-o profund, trăieşte-o. Este soarta ta.

Apoi, brusc vei simţi că a dispărut deoarece omul care îşi poate accepta chiar şi deprimarea nu poate fi deprimat. O minte ce poate accepta chiar şi deprimarea nu poate rămâne deprimată! Deprimarea are nevoie de o minte ce nu o acceptă: „Asta nu este bine, nu este bine deloc; nu ar trebui să fie aşa; nu, nu trebuie să apară aşa ceva”. Totul este respins – neacceptat. Pentru o astfel de minte „nu-ul” este fundamental. Chiar şi fericirea va fi respinsă de o astfel de minte. O asemenea minte va găsi chiar şi în fericire ce să respingă.

Chiar zilele trecute a venit cineva şi mi-a spus: „Meditaţia este profundă şi mă simt foarte fericit, dar sunt suspicios. Această fericire trebuie să fie iluzorie, deoarece înainte nu am simţit-o. Trebuie să fie o amăgire; am atâtea îndoieli. Acum, te rog, clarifică-mi îndoiala: Dacă unei minţi ce a respins totul mereu îi apare fericirea, aceasta va găsi ceva îndoielnic în ea. Va simţi că ceva nu este în regulă. El este fericit, dar va simţi că ceva nu este în regulă. Nu este posibil ca doar după câteva zile de meditaţie să apară aşa ceva”.

O minte ce nu acceptă, nu va accepta nici fericirea, însă dacă îţi poţi accepta singurătatea, tristeţea, deprimarea, atunci tu deja le transcenzi. Acceptarea este transcendere. Tu i-ai luat baza, chiar fundaţia acesteia şi atunci deprimarea nu mai poate exista.

Încearcă următorul lucru: oricare ar fi starea minţii tale, accept-o şi aşteaptă până când starea se schimbă singură. Nu tu eşti cel care o schimbi; tu poţi simţi fericirea care apare atunci. Ştii că eşti doar ca un răsărit sau un apus de soare. Apoi el va răsări din nou şi va

reapărea, într-un ciclu continuu. Nu trebuie să faci nimic pentru asta. Dacă îţi poţi simţi stările minţii, cum se schimbă, atunci poţi rămâne detaşat, poţi sta departe de minte, ca şi cum, aceasta ar pleca undeva departe. Soarele răsare, apune; deprimarea vine, fericirea vine şi pleacă – dar tu nu te afli în ea. Ea singură apare şi dispare: stările apar şi dispar.

Întrebarea sună astfel: „Dacă cineva începe să simtă viaţa ca pe o psihodramă, atunci acela se va simţi singur şi detaşat”. Atunci simte asta! „Astfel, intensitatea, sinceritatea şi profunzimea trăirii este pierdută”. Las-o să se piardă, deoarece acea sinceritate care poate fi pierdută nu este o sinceritate reală. Era ceva fals şi este mai bine ca falsul să dispară. Cum ar putea o profunzime reală să se piardă? Chiar definiţia de „profunzime reală arată că ea nu se poate pierde, orice ai face. Dacă poţi tulbura un buddha, atunci el nu este un buddha. Orice ai face, el rămâne netulburat. Natura de buddha este chiar această netulburare necondiţionată. Realul nu se poate pierde. Realul este întotdeauna condiţionat.

Dacă te iubesc şi îţi spun: „Să nu te enervezi niciodată, pentru că altminteri vei pierde iubirea mea” – atunci cu cât această iubire se pierde mai repede cu atât mai bine. Dacă iubirea este reală, atunci orice ai face nu contează – iubirea va rămâne. Şi doar atunci are valoare.

Deci, dacă doar prin privirea lumii ca fiind o psihodramă, profunzimea trăirii tale se pierde, atunci înseamnă că aceasta nu avea nicio valoare. Era falsă. De ce este pierdută? Deoarece era doar un act din dramă şi tu credeai că era reală şi de aceea o simţeai ca fiind profundă. Acum însă ştii că a fost doar o dramă. Dacă sinceritatea este pierdută, atunci aceasta era falsă. Tu credeai că este reală, dar nu era. Doar privind viaţa ca pe o dramă, această intensitate şi sinceritate dispare.

Este ca şi cum vezi într-o cameră o funie întunecată despre care credeai că este un şarpe. Acum intri în cameră cu o lampă şi vezi că şarpele a dispărut, acolo rămânând doar funia. Dacă şarpele este pierdut doar prin aducerea

luminii, înseamnă că acesta nu a existat niciodată acolo.

Dacă priveşti viaţa ca pe o dramă, ceea ce este fals va dispărea şi ceea ce este real va continua, va apărea în tine pentru prima dată. Aşteaptă! Lasă falsul să se piardă şi aşteaptă! Va apărea un interval, o pauză, înainte de apariţia realului. Acel hiatus va apărea cu siguranţă. Când umbrele false vor dispărea complet şi ochii nu îţi vor fi umpluţi de ele, fiind detaşaţi de acestea atunci vei fi capabil să priveşti realul ce exista acolo dintotdeauna. Dar trebuie să aştepţi.

Mai întrebi: „Te rog, spune ce este de făcut în această situaţie”. Nimic! Chiar te rog să nu faci nimic. Ai creat această dezordine tocmai datorită prea multor acţiuni. Fiecare om este un întreprinzător şi este atât de bun încât a făcut ca totul din jurul său să fie confuz. Fii un non-întreprinzător; acest lucru va însemna compasiune faţă de tine. Fii compătimitor. Nu face nimic; cu o minte falsă, confuză, totul devine mai confuz. Cu o asemenea minte este mai bine să aştepţi şi să nu faci nimic, astfel ca să dispară confuzia. În cele din urmă va dispărea; nimic nu este permanent în această lume. Ai nevoie doar de răbdare. Nu fi grăbit.

O să-ţi spun o povestioară. Buddha trecea printr-o pădure. Era o amiază foarte călduroasă, i s-a făcut sete şi i-a spus lui Ananda: „Întoarce-te. Mai înainte am trecut peste un pârâu. Du-te şi adu-mi nişte apă”.

Ananda s-a dus la pârâu, dar atunci tocmai treceau prin el nişte căruţe care au tulburat apa. Ananda s-a gândit: „Acum o să mă întorc”. Când a ajuns lângă Buddha i-a spus: „Apa a devenit foarte murdară şi nu mai poate fi băută. Aşa că lasă-mă să merg mai înainte la alt pârâu şi îţi aduc nişte apă de acolo”.

Buddha i-a răspuns: „Nu! Du-te înapoi la acelaşi pârâu”. Ananda trebuia să facă ce îi spunea Buddha, dar nu l-a ascultat decât cu jumătate de inimă, deoarece ştia că apa de acolo era tulbure şi nu era bună de băut. Simţea că pierde timpul fără rost şi se simţea şi el foarte însetat, dar trebuia să îl asculte pe Buddha.

A revenit de la pârâu şi i-a spus: „De ce insişti? Apa aceea nu poate fi băută”.

Buddha i-a răspuns: „Du-te din nou”.

A treia oară, când a ajuns acolo, apa era foarte limpede. Ananda a început să radă. Venea râzând şi dansând. S-a aplecat la picioarele lui Buddha şi i-a spus: „Căile tale de învăţare sunt miraculoase. Mi-ai dat o mare lecţie – este nevoie de răbdare şi nimic nu este permanent”.

Aceasta este învăţătura fundamentală a lui Buddha: nimic nu este permanent. Totul este curgător – deci de ce să ne facem griji? Întoarce-te înapoi la acelaşi pârâu. Acum totul trebuie să fie curat şi limpede. Nimic nu rămâne la fel. Doar ai răbdare: du-te din nou şi din nou. După câteva momente, noroiul se va fi aşezat şi apa va fi bună de băut.

Ananda i-a mai spus lui Buddha, când se întorcea a doua oară: „Tu insişti să mă duc, dar pot face eu ceva ca să limpezesc apa?”

Buddha i-a răspuns: „Te rog, nu face nimic; altminteri o vei tulbura. Şi nu intra în curent. Doar stai pe mal. Dacă vei intra, nu vei face altceva decât să o tulburi mai mult. Curentul curge de la sine. Permitei să curgă!”

Nimic nu este permanent; viaţa este un flux. Heraclit a spus că nu se poate păşi de două ori în acelaşi râu – totul se schimbă. Şi nu numai râul a curs, chiar şi tu ai curs. Şi tu eşti altul – curgi în permanenţă precum un râu.

Observă această impermanenţă în orice lucru. Nu te grăbi; nu încerca să faci nimic. Doar aşteaptă! Aşteaptă într-o totală non-acţiune. Iar dacă poţi aştepta, transformarea va apărea. Chiar această aşteptare este o transformare.

3. Practica observării mă face mai tăcut, mai liniştit, mai calm, dar atunci prietenii din jur spun că am devenit serios. Şi se pare că este adevărat. Te rog, explică cum se poate creşte simultan şi în tăcere, în linişte, şi în festivitate, în joacă.

Dacă ai devenit cu adevărat tăcut, nu vei da atenţie la ce spun alţii. Dacă opinia altora este mai importantă sau

încă mai este importantă, atunci tu nu eşti tăcut. Da, tu chiar aştepţi de la alţii să spună ceva, să aprobe faptul că ai devenit tăcut. Tăcerea are nevoie de aprobarea ta? Ai nevoie de ei pentru a-ţi certifica ceva? Dacă da, atunci nu ai devenit tăcut.

Opiniile altora sunt importante doar pentru că nu cunoşti nimic. Opinia nu este niciodată cunoaştere. Tu continui să strângi opiniile altora deoarece nu ştii ce eşti, cine eşti, ce se întâmplă cu tine. Trebuie să îi întrebi pe alţii: „Ce se întâmplă cu mine?" Însă chiar trebuie să îi întrebi pe alţii? Dacă eşti cu adevărat tăcut, calm, liniştit, atunci acolo nu există prieteni şi nicio opinie nu mai este importantă. Atunci poţi râde. Lasă-i să spună ce vor.

Dar tu devii afectat. Orice ar spune ceilalţi, asta va pătrunde adânc în tine; devii tulburat. Tăcerea ta este falsă, forţată, cultivată. Ea nu este o curgere spontană în interiorul tău. Poate că te-ai forţat să devii tăcut, dar înăuntru încă mai fierbi. Atunci tăcerea nu se află decât la suprafaţă. Dacă cineva îţi spune că nu eşti tăcut sau dacă îţi spune că tăcerea ta este falsă imediat devii tulburat şi tăcerea dispare.

Tăcerea s-a evaporat, tocmai de aceea întrebi: „Se pare că este adevărat ce spun ceilalţi". Tu ai devenit serios. Şi ce este greşit în a fi serios? Dacă eşti născut să fii serios, vei fi astfel. Nu poţi să îţi impui festivitatea; altfel festivitatea ta va fi serioasă şi vei distruge întregul joc. Există jucători serioşi. Ei sunt atât de serioşi în joaca lor încât acel joc inocent le creează mai multă anxietate decât aveau.

Am citit o carte despre memoriile unui mare industriaş care era foarte îngrijorat de problemele de zi-cu-zi. Cineva i-a spus să joace golf: „Încearcă să te destinzi jucând golf. Îţi va reduce anxietatea". A început să joace golf, dar era acelaşi om. A devenit atât de entuziasmat de golful său încât nu mai dormea nici noaptea. Industria era deja o povară, iar acum a apărut a doua povară – golful – şi chiar mai grea. A jucat golf, dar avea aceeaşi minte serioasă.

Dacă eşti serios, eşti serios. Nu poate fi făcut nimic în legătură cu asta. Fii serios şi rămâi astfel. Atunci deja ai început să fii festiv; atunci te joci cu seriozitatea ta. O iei ca pe o joacă: „Bine. Dumnezeu mi-a dat rolul acesta, aşa că voi fi un om serios şi-mi voi juca seriozitatea". Atunci ea va dispărea în adâncuri. Mă înţelegi?

Poţi crea seriozitate din joaca ta sau poţi crea joacă din seriozitate. Dacă eşti un om serios, trist, atunci spune tuturor: „Sunt născut să fiu serios şi voi rămâne aşa" – şi nu fi serios în asta. Doar fii! Doar fii şi apoi vei putea râde de ea şi va dispărea. Şi nici nu vei fi simţi când a dispărut.

Nu da atenţie la ce spun alţii. Asta este o boală. Ei te vor înnebuni. Cine sunt aceşti alţii şi de ce eşti atât de mult ataşat de ei? Aceştia te înnebunesc pe tine şi tu pe ei, deoarece şi tu eşti un altul pentru ei. De ce dai atât de multă atenţie la ceea ce spun alţii? Dă atenţie experienţelor tale şi rămâi sincer cu ele. Dacă te simţi bine în a fi serios, atunci este Ok! Dacă simţi că ai devenit calm, liniştit şi tăcut, prin practica de observare, atunci de ce să devii tulburat de ce spun alţii?

Dar noi nu suntem încrezători în noi înşine şi trebuie să adunăm opiniile altora. Noi acţionăm ca într-o campanie politică: „Cine crede că am devenit un buddha, îl rog să semneze aici. „Când aduni mai multe semnături, atunci vei crede şi tu că ai devenit un buddha. Nu aceasta este calea de a deveni iluminat.

Întrebarea mai sună: „Şi te rog explică cum se poate creşte simultan şi în tăcere şi în festivitate". Se creşte! Până acum nu a existat niciun caz care să fie altfel. Poţi creşte simultan în ambele, dar dacă tăcerea, liniştea ta este falsă, atunci apar problemele. Toţi cei care au cunoscut tăcerea au fost întotdeauna festivi, non-serioşi. Ei puteau râde şi o puteau face nu numai de alţii, ci chiar şi de ei înşişi.

Bodhidharma a ajuns din India în China în urmă cu 400 de ani. Mergea cu un pantof pe cap şi unul în picior.

Împăratul Chinei, Wu, venise să îl întâmpine, dar când l-a văzut a început să se neliniştească. Existau multe

zvonuri despre el, însă era considerat un om iluminat. Toţi auziseră că el se comporta ciudat. Curtenii au început şi ei să se neliniştească. Ce fel de om era acest Bodhidharma? Şi pe împărat l-a bufnit râsul.

Nu se cuvenea să spună ceva în faţa altora, dar când au rămas singuri, împăratul l-a întrebat: „Te rog. spune-mi de ce te prosteşti? De ce porţi un pantof pe cap?”

Bodhidharma a râs şi a răspuns: „Deoarece eu pot să râd de mine şi este bine să îţi arăt care este realitatea mea. Eu aşa sunt şi nu dau mai multă importanţă capului decât picioarelor; pentru mine, ambele sunt la fel. Superiorul şi inferiorul au dispărut. Şi mai mult, vreau să-ţi spun că nu dau atenţie şi importanţă la ceea ce spun alţii despre mine. Asta este bine. Din primul moment în care am venit am vrut să ştii ce fel de om sunt”.

Acest Bodhidharma era un giuvaier rar; foarte puţini s-au putut compara cu el. Ce arăta el? Doar faptul că pe această cărare a spiritualităţii trebuie să mergi singur, individual. Societatea devine irelevantă.

Un renumit jurnalist venise să îi ia un interviu lui Gurdjieff. Discipolii lui Gurdjieff erau foarte entuziasmaţi, deoarece interviul urma să fie publicat, împreună cu o poză de-a sa, într-un mare ziar. Erau foarte preocupaţi de acest interviu şi toţi îi dădeau foarte mare atenţie acelui jurnalist. Chiar uitaseră de maestru. A început interviul, dar mai bine spus nu a început niciodată. Jurnalistul a început să îi pună câteva întrebări, dar Gurdjieff a spus: „Aşteaptă un minut”.

Lângă ei stătea o femeie, iar Gurdjieff a întrebat-o: „Ce zi este astăzi?”

„Duminică” – a răspuns femeia.

„Cum este posibil? Chiar cu o zi mai înainte a fost sâmbătă, deci cum poate să fie astăzi duminică? Ieri mi-ai spus că este sâmbătă. Deci cum este posibil ca după sâmbătă să fie duminică?”

Jurnalistul s-a ridicat şi a plecat spunând: „Mai bine plec. Omul ăsta pare nebun”.

Discipolilor nu le venea să creadă, însă Gurdjieff a

început să râdă.

Ceea ce spun alţii nu este deloc relevant. Fii autentic cu ceea ce simţi, fii autentic! Dacă îţi apare adevărata tăcere, vei fi capabil să râzi.

Se spune că Dogen, un maestru zen, după ce s-a iluminat a fost întrebat de multe ori: „Ce ai făcut după aceasta?”

A răspuns: „Mi-am făcut o ceaşcă cu ceai”. Ce se poate face după? Totul este terminat. Iar Dogen era serios în festivitatea sa, era festiv în seriozitatea sa. Într-adevăr, ce rămâne?

Nu da multă atenţie la ceea ce spun alţii şi ţine minte un singur lucru: nu forţa şi nu cultiva liniştea. O linişte forţată sau impusă va fi serioasă, gravă.

*

bolnavă, tensionată. Însă cum îţi poate apare o linişte reală? Încearcă să înţelegi următorul lucru: eşti tensionat, nefericit, deprimat, supărat, lacom, violent. Există o mie de boli. Şi nu poţi fi liniştit. Aceste boli le ai în tine. Poţi încerca să practici Meditaţia Transcendentală sau poţi o repeta o mantră în mod mecanic. Dar acestea nu îţi vor schimba nici violenţa şi nici lăcomia. Nu vor genera nicio transformare profundă. Mantra nu va fidecât un calmant. La periferie te vei simţi mai tăcut. Este doar un tranchilizant, un sunet calmant. Când repeţi în continuu în mod mecanic o mantra, începi să adormi. Orice repetare continuă a unui sunet creează plictiseală şi somnolenţă. Te simţi relaxat, dar această relaxare nu există decât la suprafaţă. În interior rămâi acelaşi.

Dacă practici meditaţia transcendentală în fiecare zi, după un timp vei ajunge să simţi o anumită linişte – însă bolile tale nu s-au schimbat deloc, structura personalităţii tale rămâne aceeaşi. Este doar ceva de suprafaţă. Poţi înceta această practică şi vei observa că vechile boli încep să reapară.

Acest lucru se întâmplă pretutindeni. Oamenii trec de la un maestru la altul. Practică tot felul de metode şi când se opresc văd că sunt aceiaşi oameni. Asemenea stări sunt

cultivate, sunt tăceri impuse. Dacă vei avea o practică superficială, aceste tehnici rămân cu tine atât timp cât le practici, iar după ce renunţi nu vei rămâne cu mai nimic. O tăcere reală nu apare doar prin folosirea unei tehnici superficiale, ci prin conştientizarea a tot ce eşti – şi nu doar prin conştientizare, ci şi cu rămânerea faptului a ce eşti.

Rămâi cu faptul. Acest lucru este foarte dificil, deoarece mintea doreşte în permanenţă schimbarea. Cum să schimbi violenţa, deprimarea, nefericirea? Mintea caută schimbarea pentru a crea în viitor o imagine mai bună, un ideal mai înalt. Şi din această cauză, omul caută metode după metode.

Rămâi cu faptul şi nu încerca să îl schimbi. Practică acest lucru un an de zile. Fixează-ţi odată şi spune-ţi: „Din acest moment, timp de un an de zile, nu voi mai gândi în termeni de schimbare. Voi rămâne cu ceea ce sunt; voi fi doar atent şi conştient”. Eu nu spun să nu faci nimic, ci singurul efort pe care să îl depui să fie doar acea atenţie. Trebuie să fii atent, alert, fără să gândeşti în termeni de schimbare, rămâi cu ceea ce eşti – bun, rău, oricum ai fi. Un an întreg încearcă să nu ai nicio atitudine de schimbare, doar fii alert şi brusc, într-o zi, vei vedea că nu mai eşti acelaşi. Atenţia va transforma totul.

În zen, această practică – de a sta şi a nu face nimic – este numită *zazen*. Orice se întâmplă, se întâmplă; tu doar stai. Zazen înseamnă să stai fără să faci nimic. În mănăstirile zen, călugării stau ani de zile fără să facă nimic. Poţi crede că meditează. Dar nu este aşa! Doar sunt atenţi. Când corpul îi devine obosit, acela este atent: corpul este obosit. Nu face nimic să îl oprească. Gândurile apar precum norii pe cer, dar ei ştiu că norii nu pot distruge cerul.

Gândurile se mişcă pe cerul conştiinţei: doar apar şi dispar. Nimeni nu le opreşte sau nu le forţează, nimeni nu acţionează asupra lor. Călugării sunt doar atenţi la faptul că gândurile se mişcă.

Uneori, apare un nor al deprimării: totul devine

umbrit. Alteori, apare strălucirea fericirii; totul începe să danseze ca şi cum s-au deschis toate florile conştiinţei. Dar ei nu sunt tulburaţi nici de una nici de alta, nici de nori şi nici de vremea însorită. Doar aşteaptă şi observă mişcarea lucrurilor. Ei stau pe un banc de nisip şi observă cum curge totul. Ei nu încearcă să schimbe nimic.

Când apare un gând rău, ei nu spun: „uite un gând rău" – pentru că atunci când afirmi aşa ceva, deja ai creat o stare de vinovăţie. În momentul în care categoriseşti, deja l-ai împins mai departe, deja l-ai condamnat. Doar văd lucrurile aşa cum sunt, fără să le categorisească, să le evalueze sau să le justifice. Doar simpla observaţie există.

Uneori, uită să mai observe, dar nici atunci nu devin tulburaţi. Ei ştiu că: „Bineînţeles că aceasta este aşa" – că: „Am uitat să observ; acum însă îmi amintesc şi voi fi din nou un martor". Ei nu creează niciun fel de probleme. Ei trăiesc ceea ce este. Anii vin şi trec şi ei continuă să stea şi să observe totul aşa cum este.

Apoi, într-o bună zi totul dispare. Exact ca în vis, totul dispare şi eşti treaz. Această trezire nu este ceva practicat; nu este cultivată sau impusă. Această trezire este chiar natura ta fundamentală. Ea a erupt pentru că ai putut aştepta răbdător şi ai putut privi totul fără să creezi vreo problemă. Ţine minte un lucru fundamental: nu crea probleme. Nu crea probleme!

O femeie care a fost aici în urmă cu două-trei zile m-a întrebat: „Am o minte foarte sexuală. Ce pot face?" Altcineva m-a întrebat: „Mă simt inferior; sufăr de un complex de inferioritate. Ce să fac?" I-am spus: „Dacă te simţi inferior, atunci simte-te inferior; simte bine acest lucru. Ce să faci? Nu este nimic de făcut. Altcineva se poate simţi sexual, atunci trebuie să se simtă sexual. Cunoaşte bine faptul că eşti sexual". Dar în momentul când îi spui aşa ceva cuiva, acest lucru devine un şoc. Oamenii vin pentru tehnici care să-i transforme.

Nimeni nu se acceptă pe sine; tu eşti un inamic faţă de tine însuţi. Nu te-ai iubit niciodată pe tine; nu ai fost niciodată liniştit şi împăcat cu tine însuţi. Iar acest lucru

este ceva surprinzător: aştepţi să te iubească toţi, dar tu nu poţi să te iubeşti pe tine. Eşti împotriva ta, ai dori să te dizolvi şi să creezi un altul. Dacă ţi s-ar fi permis, ai fi creat un alt om. Şi nu ai fi fost satisfăcut nici cu acesta, deoarece tot tu erai cel care ar fi existat în spatele său.

Iubeşte-te pe tine, acceptă-te şi nu crea probleme care nu sunt necesare. Toate problemele sunt nenecesare; nu există probleme necesare. Eu nu am întâlnit niciuna până acum. Rămâi cu ceea ce eşti, cu faptele tale şi transformarea se va produce. Dar acesta nu este un rezultat, nu îl poţi forţa să se petreacă. Este o consecinţă, nu un rezultat. Dacă te accepţi pe tine însuţi şi rămâi atent, se va produce. Nu o poţi forţa, nu poţi spune că: „O voi forţa să apară”. Iar dacă forţezi îţi va apărea un lucru fals, iar acela poate tulbura pe oricine – chiar pe oricine.

4. Ai spus că acceptarea transformă, dar de ce atunci când îmi accept dorinţele şi simţurile, simt că devin mai animalic în loc să fiu transformat?

Aceasta este realitatea ta. Şi ce este greşit în a fi un animal? Eu nu am văzul niciun om care să se poată compara cu un animal.

Suzuki obişnuia să spună: „Iubesc până şi o broască mai mult decât pe un om. Priveşte o broască care stă lângă baltă! Priveşte cât de meditativă este – netulburată de lumea din jurul ei, doar stă şi meditează, este una cu existenţa”.

Suzuki spunea; „Când nu eram iluminat eram un om, iar când m-am iluminat am devenit precum o pisică”.

Priveşte o pisică: ea ştie secretul relaxării şi totuşi nu a citit nicio carte despre relaxare. Cum să te relaxezi? Priveşte o pisică. Niciun om nu poate fi un profesor mai bun ca o pisică. Ea este relaxată şi totodată alertă. Dacă tu te relaxezi, adormi. Pisica este alertă chiar şi atunci când doarme, iar corpul ei este flexibil şi relaxat în orice moment.

Ce este rău în a fi animal? Omul, prin ego-ul său, a creat comparaţii. Oamenii spun: „Noi nu suntem animale”.

Dar nici unui animal nu i-ar plăcea să fie o fiinţă

umană. Animalul este liniştit, se simte în existenţă ca acasă. El nu este îngrijorat, nu este tensionat. Bineînţeles că nu creează nicio religie, deoarece nu are nevoie de vreuna. Animalele nu au psihanalişti – nu din cauză că nu sunt evoluate, ci pentru că nu au nevoie de aşa ceva.

Ce este în neregulă cu animalele? De ce această condamnare? Aceasta este însă o parte a ego-ului. Omul gândeşte despre el în termeni de superioritate, de ierarhie. Dar niciun animal nu a consimţit această ierarhizare a omului. Darwin a spus că omul a evoluat din maimuţă, dar dacă ai putea întreba vreo maimuţă, mi-e teamă că niciuna nu ar spune aşa ceva; vor putea spune chiar că omul este o degenerare. Omul se crede centrul. Dar nu este nevoie de asta. Acesta este doar un non-sens; este un egoism.

Dacă te simţi un animal, nu este nimic rău în asta. Fii unul şi fii total – dar fă-o cu deplină atenţie. Această atenţie îţi va dezvălui animalul din tine, deoarece aceasta este realitatea ta. Umanitatea este falsă, există doar la suprafaţă. Cineva te insultă şi animalul apare, nu fiinţa umană. Cineva te condamnă şi animalul îşi face imediat apariţia, nu omul. Aspectul uman este doar ceva de suprafaţă, pe când animalul se afla adânc înrădăcinat în tine. Dacă accepţi totul, această umanitate superficială va dispărea. Ea este falsă şi poţi deveni conştient de animalul real din tine – este bine să devii conştient realitatea ta. Dacă vei continua să fii atent, înăuntrul acestui animal vei descoperi Divinul. Este întotdeauna mai bine să fii un animal real decât un om ireal. Punctul pe i este realitatea.

Eu nu sunt împotriva animalelor, ci doar împotriva falsurilor. Nu este nevoie să fii o fiinţă umană falsă. Fii un animal real şi cu această realitate vei deveni autentic, substanţial. Acum însă continuă să fii atent şi conştient, iar odată cu timpul vei ajunge la un nivel mai profund care este mai real decât omul – Divinul.

Divinul nu este doar în tine – ţine minte acest lucru: este în tot ce fiinţează. În animale, plante, roci. Divinul este centrul fundamental din tot ce

*

există. Îl poţi pierde doar fiind fals. Însă îl poţi recâştiga foarte repede fiind real.

39. DE LA VAL LA OCEANUL COSMIC

28. II.1973, Bombay

SUTRE:

61. Aşa cum valurile apar din apă şi flăcările din foc, tot aşa Universalul ne unduieşte.

62. Oriunde hoinărăşte mintea ta, în interior sau exterior, în chiar acest loc, aceasta.

63. Când eşti foarte atent, printr-un anume simţ, păstrează-te în conştientizare.

Sri Aurobindo spune că întreaga viaţă este yoga. Aşa este. Totul poate deveni o meditaţie. Iar până când totul nu devine o meditaţie, meditaţia nu a apărut încă. Ea nu poate fi un fragment sau o parte. Ori este – iar atunci eşti total în ea – ori nu este. Nu poţi face doar o parte a vieţii tale să fie meditativă. Este imposibil şi culmea, chiar acest lucru se încearcă peste tot.

Tu poţi deveni meditativ şi nu doar o parte din tine; aceasta este imposibil, deoarece meditaţia este o calitate a fiinţei tale. Este precum respiraţia: continui să respiri orice faci. Mergi, stai, dormi – continui să respiri. Nu poţi uneori să respiri, iar alteori să nu o faci. Respiraţia este perpetuă, este continuă.

Meditaţia este o respiraţie interioară, iar când spun acest lucru nu o fac metaforic. Aşa cum poţi respira aer, tot la fel poţi respira şi conştiinţă, iar odată ce respiri conştiinţa nu mai eşti corp fizic. Şi odată cu această respiraţie superioară – o respiraţie a conştiinţei, a vieţii în sine – intri într-un alt tărâm, într-o altă dimensiune. Aceea a metafizicii.

Respiraţia ta este fizică, meditaţia este metafizică. Deci nu poţi face doar o parte a vieţii tale să fie meditativă. Nu poţi medita dimineaţa, iar apoi să o uiţi. Nu te poţi duce într-un templu şi să meditezi, iar apoi să ieşi din meditaţie la fel cum ai ieşi din templu. Este imposibil şi dacă încerci, atunci vei încerca un lucru fals. Poţi intra şi ieşi din biserică, dar nu şi din meditaţie. Când ai intrat, ai

intrat. Oriunde vei merge, meditaţia te va însoţi. Aceasta este unul din aspectele primare, elementare, fundamentale ce trebuie mereu ţinute minte.

În al doilea rând, poţi pătrunde în meditaţie din orice dimensiune, deoarece întreaga viaţă se află într-o profundă meditaţie.

Dealurile, stelele, florile, copacii, elementele, întregul pământ meditează.

Întreaga viaţă este meditativă şi poţi intra în meditaţie de oriunde; totul poate deveni o intrare. Aşa ceva s-a folosit. De aceea există atât de multe tehnici; atât de multe religii; de aceea fiecare religie nu poate înţelege o alta – deoarece intrările lor diferă. Şi uneori există religii care nici nu sunt cunoscute sub numele de religii. Nu vei cunoaşte persoane ca fiind religioase, deoarece intrările lor diferă.

De exemplu, un poet poate intra în meditaţie fără să fie nevoit să meargă la vreun învăţător sau la vreun templu. Poezia sa, creativitatea sa poate deveni o intrare; el poate pătrunde prin aceasta. Sau un olar poate pătrunde în meditaţie doar creând oale de lut; chiar meseria sa poate deveni o poartă. Un arcaş, un grădinar, oricine poate pătrunde de oriunde se află. Orice poţi face poate deveni o poartă spre meditaţie. Dacă se schimbă calitatea conştientizării în timp ce faci ceva, aceasta poate deveni o tehnică. Deci, pot fi atât de multe tehnici câte îţi imaginezi. Orice acţiune poate deveni o intrare, o poartă. Aşa că nu acţiunea, tehnica, metoda sau calea este importantă, ci calitatea conştiinţei pe care o aduce actul în sine.

Kabir, unul dintre cei mai mari mistici ai Indiei, a fost un ţesător şi a rămas astfel chiar şi după ce s-a realizat. A avut mii de discipoli şi mulţi îi spuneau: „Acum nu mai este nevoie să ţeşi. Opreşte-te. Noi te putem servi oricum doreşti”.

Kabir râdea şi le spunea: „Această acţiune nu este doar un simplu act al ţeserii. Eu fac haine – acesta este actul exterior – dar simultan în mine se petrece ceva ce voi nu puteţi vedea”. Aceasta este meditaţia mea” Cum ar

putea un ţesător să fie meditativ prin acţiunea care o face? Dacă calitatea minţii este meditativă, atunci actul este irelevant, este neimportant.

Un alt mistic, Gora, făcea oale din lut. În timpul acţiunii dansa şi cânta.

În timp ce învârtea axul şi lutul se centra pe ax şi el se centra înăuntrul său. Cineva din afară ar fi văzut doar faptul că axul se învârtea şi el lucra lutul. Ai fi văzut doar o centrare exterioară. Dar simultan se petrecea şi o centrare interioară. În timpul acţiunii de centrare a lutului, el se centra pe sine în lumea conştiinţei interioare. Când oala era creată, nu acesta era adevăratul lucru asupra cărui lucra, ci el ce crea pe sine.

Orice poate deveni meditativ, iar odată ce ştii cum poate deveni meditativă o acţiune, atunci vei putea să îţi transformi toate faptele în meditaţie. Atunci întreaga viaţă devine yoga. Mergând pe stradă sau lucrând la birou, sau doar stând fără să faci nimic totul poate deveni meditaţie. Deci ţine minte că meditaţia nu aparţine acţiunii, ci calităţii pe care o aduci în acea acţiune.

Acum vom pătrunde în tehnici:

61. Aşa cum valurile apar din apă şi flăcările din foc, tot aşa Universalul ne unduieşte.

Mai întâi trebuie să înţelegi ce este un val şi apoi poţi simţi cum te pot ajuta aceste valuri să intri în meditaţie. Vezi valurile oceanului. Într-un fel există, dar într-un sens mai profund, totuşi nu există. Acesta este primul lucru care trebuie înţeles despre un val. Valul apare; este acolo şi totuşi nu este.

Într-un sens mai profund, doar oceanul este cel care există. Nu poţi avea un val fără ocean şi chiar când valul există, doar oceanul există. Valul este doar o formă şi nu o substanţă. Oceanul este substanţial; valul este doar o formă.

Datorită limbajului apar multe probleme. Când spunem „val” acesta ne apare ca fiind un lucru. Ar fi mai bine să nu folosim cuvântul „val”, ci „unduire”, „ondulare”. Nu există decât unduire – doar o activitate, nu un lucru,

doar o mişcare, nu o substanţă; doar un proces, nu o materie. Materia este oceanul; valul este doar o formă. Valurile vor dispărea, dar oceanul va rămâne acolo.

Oceanul poate fi tăcut, în mişcare; în nemişcare, în multă activitate sau în non-activitate. Dar nu poţi găsi niciodată un val tăcut. Un val este o activitate şi nu o substanţă. Când activitatea există, atunci şi valul apare; el este o unduire, o mişcare – o simplă formă a mişcării. Dar când tăcerea apare, când vine inactivitatea, valul nu mai există. În ambele cazuri, oceanul este realitatea. Valul este doar o formă, o jucărie. El apare şi dispare, dar oceanul rămâne.

În al doilea rând, valurile apar ca fiind individuale. Fiecare val are personalitatea sa proprie, unică, diferită de a altuia. Nu există două valuri similare. Unele sunt mari, altele mici. Ele au caracteristicile lor proprii. Fiecare val are caracterul său şi este diferit de un altul. Unul se ridică, altul moare. Însă realitatea din spatele lor este aceeaşi. Valurile par separate, diferite, individuale, dar această aparenţă este falsă. Adânc înăuntru, doar oceanul există şi oricât de mari sau mici sunt, valurile sunt legate de el. Poate că nu vezi nicio legătură între apariţia şi dispariţia valurilor; aparent nu există nicio relaţie între acestea.

Un bătrân moare şi un copil se naşte: cum ar putea avea ei legătură unul cu celălalt? Dacă ar fi legaţi ar trebui să moară sau să se nască amândoi deodată. Copilul se naşte şi bătrânul moare; un val apare, altul dispare. Însă valul care se ridică nu poate acumula energie decât de la cel care dispare. Valul care moare îl ajută prin moartea sa pe celălalt să se ridice. Valul ce dispare poate fi cauza celui care se ridică.

În adânc ele sunt legate de ocean. Nu sunt diferite; nu sunt neînrudite sau separate. Individualitatea lor este falsă şi iluzorie. Ele sunt non – individuale. Dualitatea lor apare ca fiind existentă, dar nu este aşa: adevărul este non-dualitatea lor.

Voi repeta sutra: *Aşa cum valurile apar din apă şi flăcările din foc, tot aşa Universalul ne unduieşte*. Noi

suntem doar nişte valuri într-un ocean cosmic, permite-i acestui simţământ să pătrundă adânc în tine.

Începe să-ţi simţi respiraţia ca fiind la fel ca ridicarea unui val. Inspiri, expiri, dar inspiraţia care intră în tine, cu un moment mai înainte, a fost respiraţia altcuiva, iar expiraţia ta va fi, în clipa următoare, inspiraţia altcuiva. Respiraţia este doar o unduire în oceanul vieţii. Tu nu eşti separat – ci doar un val. În adâncuri eşti una cu totul. Noi suntem o unitate; individualitatea este falsă şi iluzorie. Singura barieră este ego-ul. Realul este non-individual, este oceanic, este unic, este unitar.

De aceea, orice religie este împotriva oricărei atitudini egoiste. Persoana care spune că nu există Dumnezeu poate să nu fie nereligioasă, dar cea care spune „eu sunt” este cu siguranţă nereligioasă.

Gautama Buddha era ateu, nu credea în Dumnezeu. Mahāvīra Vardhaman era ateu, nici el nu credea în Dumnezeu. Şi totuşi au atins totalitatea, întregul. Dacă nu crezi în Dumnezeu nu înseamnă că eşti nereligios, deoarece Dumnezeu nu este un concept de bază în religie. Non – ego-ul este de bază în religie. Şi chiar dacă crezi în Dumnezeu având o mint e egoistă, eşti nereligios. Cu o minte non-egoistă nu este nicio nevoie să crezi în Dumnezeu. Vei descoperi în mod spontan Divinul. Fără ego nu te poţi agăţa de val; vei cădea în ocean. Cu ego-ul te vei agăţa de val. Priveşte viaţa ca pe un ocean şi simte-te ca un val şi permite-i acestui simţământ să pătrundă în tine.

Poţi folosi această tehnică în multe feluri. În timp ce respiri, simte că oceanul respiră în tine. Oceanul vine la tine, intră-iese, intră-iese. Odată cu fiecare respiraţie simte ridicarea unui val şi odată cu fiecare expiraţie simte moartea valului. Şi între acestea, cine eşti tu? Doar un nimic, un vid, *shunya* – vacuitate. Cu acest simţământ de vid vei fi transformat. Cu acest simţământ al vacuităţii, suferinţa ta va dispărea, deoarece suferinţa are nevoie de un centru – un centru fals. Vidul este centrul tău real. Cu el nu mai există suferinţă; eşti profund liniştit. Dacă tu nu mai eşti, cine mai poate fi transformat? Tu eşti plin de

fericire. Nu înseamnă că tu eşti plin de fericire, ci beatitudinea apare doar când tu nu mai exişti. Fără tine mai poţi crea suferinţă?

Din acest motiv, Buddha nu afirmă niciodată că în starea finală există *ananda* – beatitudinea. Însă spune că acolo nu mai există suferinţă. Poate că amintirea, pronunţarea cuvântului beatitudine te poate face să înţelegi greşit, te poate îndruma greşit şi de aceea Buddha spune să nu întrebi nimic de fericire; doar caută cum să exişti fără suferinţă. Iar aceasta se poate realiza doar când „tu" nu mai eşti.

Care este problema noastră? Aceea că valul se crede separat de ocean; atunci apar problemele. Când un val se crede separat de ocean, atunci apare imediat frica de moarte. Valul trebuie să moară şi el vede peste tot în jurul său cum mor alte valuri. Şi nu te poţi amăgi multă vreme. Valul ştie că prin înălţarea sa moartea îşi face apariţia.

Deci, tu vei muri. Dacă valul se crede separat de ocean, mai devreme sau mai târziu va apărea frica de moarte. Însă când valul ştie că el nu există, ci doar oceanul, atunci frica de moarte nu îşi mai poate face apariţia. Doar un val poate muri şi nu oceanul. Tu poţi muri, dar nu şi viaţa. Tu vei muri, dar nu şi cosmosul, existenţa. Existenţa continuă să se unduiască. Ea s-a unduit în tine şi o va face şi în alţii. Iar în timp ce valul tău dispare, chiar prin coborârea ta se vor crea alte valuri şi oceanul va continua să existe.

Odată ce te detaşezi de forma valului şi devii una şi realizezi unitatea cu oceanul, pentru tine nu mai există moarte. Altminteri, frica de moarte va crea suferinţă. În orice durere, suferinţă, frica fundamentală este de moarte. Tremuri; poate că nu eşti conştient de asta, dar dacă pătrunzi în adâncul tău, vei vedea că în orice clipă există o frică de moarte.

Poţi crea cetăţi, citadele, dar nimic nu te va ajuta. Nimic nu este de ajutor! Praf peste praf! Vei cădea iarăşi. Ai observat vreodată sau ai meditat asupra faptului că atunci când te plimbi ţi se pune praful pe pantofi? Acel

praf poate să fi fost corpul lui Napoleon sau al lui Alexandru cel Mare. Orice este posibil.

Acelaşi lucru se întâmplă cu tine. Acum eşti aici şi în următorul moment nu vei mai fi. Mai devreme sau mai târziu vei deveni praf, valul va dispărea. Astfel apare frica. Doar imaginează-te că eşti praful de pe pantoful cuiva sau că cineva face din tine sau din iubita ta o oală de lut. Aceasta însă chiar se întâmplă. Totul este o formă şi forma va dispărea. Doar ceea ce este fără-de-formă nu va dispare, este etern. Dacă te agăţi de formă, dacă te identifici cu ea, atunci intri singur în bucluc. Tu eşti oceanul, nu valul.

Această meditaţie poate ajuta; poate face o mutaţie, o metarfoză. Dar permite-i să pătrundă, să se răspândească peste tot în tine. În timp ce respiri, gândeşte; în timp ce mănânci, gândeşte; în timp ce mergi, gândeşte. Gândeşte-te la două lucruri: că forma este întotdeauna valul şi fără-de-forma este oceanul. Oceanul este etern: valul este muritor. Şi nu este vorba că vei muri cândva, tu mori în fiecare zi. Copilăria moare şi este născută adolescenţa; apoi adolescenţa moare şi se naşte bătrâneţea; apoi bătrâneţea moare şi forma dispare.

În fiecare moment tu mori şi se naşte altceva. Prima zi de viaţă, de naştere, nu este chiar prima naştere a ta; este doar o parte a multor naşteri ce vor urma. Şi moartea de acum nu este prima moarte: este doar moartea acestei vieţi. Ai mai murit şi înainte. În fiecare moment ceva se naşte şi ceva moare. O parte din tine moare şi alta se naşte.

Psihologii spun că în şapte ani nu mai rămâne nimic la fel în corpul tău; totul se schimbă – fiecare celulă. Dacă trăieşti 70 de ani corpul tău se va reînnoi de zece ori. La fiecare şapte ani ai alt corp, un corp nou. Nu brusc, dar în fiecare moment ceva se schimbă.

Tu eşti un val; în fiecare moment te transformi. Şi un val nu poate fi static; un val trebuie să fie schimbător, trebuie să se afle constant în mişcare. Nu poate exista un val nemişcător – un asemenea fenomen este imposibil.

Cum ar putea? Un val nemişcător nu are sens. Tu eşti un proces, o mişcare. Dacă devii identificat cu această mişcare şi cu acest proces şi te gândeşti la tine ca fiind limitat, îngrădit între naştere şi moarte, atunci te vei afla în suferinţă. Atunci consideri aparenţa ca fiind realitate. Aceasta este ceea ce Shankara numeşte *maya* – iluzie. Oceanul este *Brahman* oceanul este Adevărul.

Deci, gândeşte-te la tine ca la un continuu proces de ridicare şi coborâre a valurilor şi doar fii martor. Tu nu poţi face nimic. Aceste valuri vor dispărea. Ceea ce a apărut trebuie să dispară; nu poate fi făcut nimic în această privinţă. Orice efort este absolut nefolositor. Un singur lucru poate fi făcut şi anume acela de a observa această formă, acest val. Odată ce d evii un martor, brusc vei deveni conştient de ceva ce este dincolo de val, care transcende, ce este valul şi ce este în afara valului, ce formează valul şi ce îl depăşeşte, ce este oceanul.

Aşa cum valurile apar din apă şi flăcările din foc, tot aşa Universalul ne unduieşte. Universalul ne unduieşte. Tu nu eşti, universalul este – şi el se unduieşte prin tine. Simte-i, contemplează şi meditează asupra lui. Permite-i să-ţi apară în multe, multe feluri.

Am vorbit mai devreme despre respiraţie. Acum îţi apare o dorinţă sexuală: simte-o – nu ca pe dorinţa ta, ci ca pe oceanul care unduieşte în tine, ca pe o pulsaţie a vieţii, ca pe viaţa ce formează un val în tine. Ai o uniune, o întâlnire sexuală: nu te gândi la ea ca la o întâlnire a doua valuri, a doua individualităţi. Mai degrabă gândeşte-te la ea ca la o contopire a doua individualităţi. Acolo nu mai există două individualităţi. Valurile au dispărut; doar oceanul a rămas. Atunci actul sexual devine o meditaţie. Orice ţi se întâmplă nu simţi că ţi se întâmplă ţie, ci întregului cosmos. Tu eşti doar o parte din el – doar un val la suprafaţă. Lasă totul în seama universului.

Dogen, un maestru zen, obişnuia să spună când se simţea înfometat: „Se pare că universul simte prin mine foame”. Când era însetat spunea:

Înăuntrul meu existenţa este însetată”. La o astfel de

stare te va conduce această meditaţie. Atunci totul se va dizolva din ego-ul tău şi va deveni parte din univers. Atunci orice se întâmplă, se întâmplă existenţei însăşi; tu nu mai eşti aici. Atunci acolo nu mai există păcat, nu mai există responsabilitate.

Eu nu spun că vei deveni iresponsabil; nu spun că vei deveni un păcătos. Păcatul va fi imposibil, deoarece păcatul nu poate apare decât în preajma ego-ului. Acolo nu va mai fi responsabilitate, deoarece păcatul poate exista doar în jurul unui ego. Acolo nu va mai fi responsabilitate, deoarece nu mai poţi fi iresponsabil. Doar tu eşti, deci faţă de cine poţi fi responsabil?

Şi dacă acum vezi pe cineva murind, vei simţi că tu mori odată cu el. Universul moare şi tu eşti o parte din el. Dacă vei vedea o floare înflorind, tu vei înflori odată cu ea. Vei deveni întregul univers. A fi într-o astfel de profundă afinitate şi armonie înseamnă a fi în *samādhi*.

Meditaţia este calea, iar finalul, ţelul este această armonie determinată, de unitate cu totul. Încearcă! Adu-ţi aminte de ocean şi uită de val. Şi ori de câte ori îţi aminteşti de val şi începi să te comporţi ca un val, ţine minte că faci ceva greşit prin care vei crea suferinţă în jurul tău.

Nu Dumnezeu te pedepseşte. Oricând cazi pradă vreunei iluzii, tu te pedepseşti pe tine. Legea, *dharma*, Tao este acolo. Dacă eşti în armonie cu ea te vei simţi plin de fericire, dacă te mişti împotriva ei te vei afla în suferinţă. Nu există nimeni care să stea sus în cer şi să te pedepsească. Nu există vreo înregistrare a păcatelor tale; nu este nevoie de aşa ceva. Este la fel ca în legea gravitaţiei. Dacă mergi bine, gravitaţia te va ajuta. Nu poţi merge fără ea. Dacă nu mergi bine vei cădea şi chiar îţi poţi rupe oasele. Dar nimeni nu te pedepseşte; este doar o lege, gravitaţia este impersonală.

Dacă nu mergi bine şi vei cădea, te vei alege cu o fractură. Dacă mergi bine vei folosi gravitaţia. Energia poate fi folosită bine sau greşit. Când te simţi ca un val eşti împotriva legii universale, eşti împotriva realităţii. Atunci

vei crea pentru tine numai suferinţă, iată ce se înţelege prin *karma*. Nu există nimeni care să dea pedepse; Dumnezeu nu este un judecător. A fi judecător este urât, iar dacă Dumnezeu era judecător, ar fi devenit complet plictisit sau ar fi înnebunit până acum. El nu este un judecător, nu este legiuitor. Universul are propriile sale legi şi legea fundamentală este următoarea: a fi real înseamnă a te afla în fericire şi a fi ireal înseamnă a te afla în suferinţă.

62. Oriunde hoinăreşte mintea ta, în interior sau exterior, în chiar acest loc, aceasta.

Această minte este uşa – chiar această minte. Pe oriunde zboară, orice gândeşte, contemplă sau visează, chiar în acest moment ea este uşa. Aceasta este o metodă revoluţionară. Credem că doar o superminte – un Buddha, un Iisus – poate intra. Chiar această minte pe care o ai – care visează, care îşi imaginează gânduri importante sau neimportante, care este plină de dorinţe, de pasiuni, de furii, de condamnări; mintea care te împinge dintr-o parte în alta – chiar ea, spune sutra, este uşa. *Oriunde hoinăreşte mintea ta* – ţine minte: oriunde; obiectul nu este important – *în interior sau exterior, în chiar acest loc, aceasta*.

Trebuie înţelese multe lucruri. Mintea obişnuită nu este chiar aşa de obişnuită cum o credem noi. Ea nu este separată de mintea universală: este o parte din ea. Rădăcinile ei se afundă adânc în chiar centrul Existenţei; altminteri nu ai putea exista. Chiar şi un păcătos este ancorat în Divin: altminteri nu ar putea exista. Chiar şi diavolul există doar cu sprijinul Divinului.

Existenţa în sine este posibilă doar datorită acestei ancorări în Fiinţa Supremă. Mintea visează, îşi imaginează, este tensionată, suferă. Oricum şi oriunde s-ar perinda, ea rămâne ancorată în totalitate. Tu nu poţi pleca din

Existenţă – aşa ceva este imposibil. În chiar această clipă eşti ancorat în ea.

Deci, ce este de făcut? Chiar în acest moment noi suntem ancoraţi în ea, iar acest lucru, unei minţi egoiste, îi

poate arăta că nu mai este nimic de făcut. Aşa că, de ce să ne mai agităm dacă suntem deja divini? Tu eşti divin, dar nu eşti conştient de acest fapt. Când mintea se perindă avem două lucruri – mintea şi perindarea, obiectul minţii şi mintea însăşi, norii şi cerul. Există două lucruri.

Uneori se poate întâmpla, chiar se întâmplă, ca acolo să existe atât de mulţi nori încât să dispară cerul, să nu-l mai poţi vedea. Însă nu înseamnă că a dispărut; nu poate dispărea. Nu există niciun mod prin care să poţi face cerul să dispară. El există în permanenţă, ascuns sau neascuns, vizibil sau invizibil. Dar mai există şi norii. Dacă dai atenţie cerului, norii vor apărea ca nişte accidente, vor veni şi vor pleca. Nu ai de ce să te îngrijorezi pentru ei. Apar şi dispar. Întotdeauna au făcut acest lucru. Norii nu au reuşit absolut deloc să îi ştirbească puritatea cerului – el a rămas virgin.

Când mintea se perindă avem două lucruri: gândurile şi conştiinţa însăşi. Dacă dai prea multă atenţie norilor, uiţi de cer. Ai uitat de gazdă şi ai devenit mai interesat de oaspete. Aceste gânduri nu sunt altceva decât nişte oaspeţi, iar când te concentrezi asupra lor uiţi de propria fiinţă. Schimbă focalizarea – de la nori spre cer, de la oaspete spre gazdă. Practică.

De exemplu, apare o dorinţă sexuală: iată norul! Sau o dorinţă pentru o casă mai spaţioasă: iată un alt nor! Şi poţi deveni atât de obsedat de ea încât să uiţi cui i-a apărut această dorinţă. Cine este în spatele ei? Unde apare acest nor? Adu-ţi aminte de cer şi norul va dispărea. Ai nevoie doar de o schimbare de focalizare de la obiect la subiect, de la nor la cer, de la oaspete la gazdă – doar o schimbare a focalizării.

Lin Chi, un maestru, zen, ţinea un discurs, când, la un moment dat, cineva l-a oprit şi l-a întrebat: „Răspunde-mi la o singură întrebare: «Cine sunt eu?»”.

Lin Chi s-a oprit. Toţi erau atenţi. Oare ce va răspunde? Dar nu a spus nimic. S-a ridicat din scaun şi s-a apropiat de acel om. Toţi au devenit foarte atenţi. Ce va face? Putea foarte bine să răspundă de pe scaun. Omul

începuse să se teamă. Lin Chi se apropia de el privindu-l cu nişte ochi foarte pătrunzători. L-a luat de guler, l-a scuturat puţin şi i-a spus: „Închide ochii! Şi adu-ţi aminte cine întreabă: «Cine sunt eu?» „A închis ochii – de teamă, bineînţeles. A trebuit să pătrundă în interior să observe cine a pus acea întrebare, dar nu mai revenea.

Mulţimea a aşteptat şi toţi au început să vadă cum faţa i-a devenit calmă, liniştită şi tăcută.

Apoi, Lin Chi l-a zgâlţâit puţin şi a spus: „Acum revino şi spune tuturor”.

Omul începuse să râdă şi a spus: „Ce mod miraculos de a răspunde la ceva! Dar dacă cineva mă întreabă acum acelaşi lucru, voi face la fel. Nu îi pot răspunde”.

A fost doar o schimbare a focalizării. Tu întrebi „Cine sunt eu” şi mintea este focalizată pe întrebare, iar răspunsul este ascuns chiar în spatele întrebării – în cel care întreabă. Schimbă focalizarea; reîntoarce-te spre tine.

Această sutra spune: *Oriunde hoinăreşte mintea ta*, *în interior sau exterior*, *în chiar acest loc*, *aceasta*. Mişcă-te de la obiecte spre minte şi nu vei mai fi o minte obişnuită. Brusc, vei deveni un buddha. Deja eşti un buddha, doar că eşti acoperit de prea mulţi nori. Şi te şi agăţi de ei, nu le permiţi să se mişte. Crezi că norii sunt proprietatea ta. Ai impresia că, cu cât sunt mai mulţi cu atât mai bine: eşti mai bogat. Iar întregul tău cer, spaţiul interior este ascuns. Într-un fel, acesta s-a ascuns printre nori şi astfel norii au devenit viaţa ta. Viaţa norilor este *samsara* – lumea.

Iluminarea se poate produce chiar şi într-o singură clipă, prin această schimbare a focalizării – şi întotdeauna se întâmplă brusc. Eu nu spun că nu trebuie să faci nimic pentru că se va întâmpla de la sine – dimpotrivă, va trebui să faci multe. Dar nu se va produce niciodată treptat. Va trebui să acţionezi şi brusc, într-o zi, te vei afla la temperatura potrivită pentru a se produce evaporarea. Brusc, acolo nu va mai exista apă – s-a evaporat. Deodată observi că nu mai eşti în obiect. Ochii nu îţi sunt îndreptaţi spre nori, ci se vor fi întors brusc spre spaţiul interior.

Nu se produce niciodată treptat, ca o parte a ochilor să fie îndreptaţi spre interior şi alta spre nori – nu este ceva procentual, de genul: 10% îndreptaţi spre interior şi 90% spre exterior – nu! Când se produce, se produce 100% – asta pentru că nu-ţi poţi diviza focalizarea. Ori vezi obiectele, ori te vezi pe tine – ori lumea, ori Brahman. Atunci vei putea să îţi schimbi din nou focalizarea şi să revii în lume – de acum tu eşti stăpânul. Cu adevărat, doar acum eşti stăpân – doar când îţi poţi schimba la voinţă focalizarea.

Marpa, un mare mistic tibetan, după ce a realizat spaţiul interior, cineva l-a întrebat: „Cum eşti tu acum?”

Răspunsul său este excepţional şi cu totul neaşteptat. Niciun buddha nu a răspuns în acest mod: „La fel de suferind ca şi înainte”.

Cel care l-a întreabăt a continuat uimit: „Cum adică la fel de suferind ca înainte?”

Marpa a râs şi a spus: „Da, la fel, dar cu o diferenţă, iar diferenţa este că acum suferinţa este voluntară. Uneori, doar pentru a gusta lumea, mă îndrept spre exterior, dar acum eu sunt stăpânul, în orice moment mă pot întoarce în interior. Şi este bună mişcarea între polarităţi. Atunci rămâi viu. Mă pot mişca! Acum mă pot mişca cu adevărat.

Uneori pătrund în suferinţă, dar acestea nu mai mi se întâmplă propriu-zis mie. Eu rămân neatins”. Bineînţeles, când te mişti voluntar rămâi neatins.

Din moment ce ştii cum să îţi îndrepţi focalizarea spre interior, poţi reveni în lume. Fiecare buddha s-a reîntors în lume. Dar atunci omul are o calitate diferită. El ştie că aceasta este determinată de focalizarea sa. Li se permite norilor să se mişte. Aceşti nori nu sunt stăpânii; ei nu te pot domina. Tu le permiţi mişcarea şi această mişcare este minunată. Dacă cerul rămâne el însuşi, norilor li se permite doar mişcarea. Problema apare în momentul în care cerul uită de sine şi acolo nu mai există decât norii. Atunci totul devine urât, deoarece este pierdută libertatea.

Această sutra este minunată. *Oriunde hoinărăşte*

mintea ta, *în interior sau exterior*, *în chiar acest loc*, *aceasta*. A fost folosită mult în tradiţia zen. Zen-ul spune că mintea ta obişnuită este mintea-de-buddha. Mâncând, eşti un buddha; dormind, eşti un buddha; cărând apa din fântână, eşti un buddha. Tu eşti! Mâncând, dormind, tu eşti un buddha. Incredibil! Pare de necrezut, dar acesta este adevărul.

Dacă atunci când cari apă nu faci din aceasta o problemă şi doar cari apă, dacă mintea îţi este neînorată şi cerul este liber, atunci eşti un buddha. Mănâncă, doar mănâncă fără a face nimic altceva. Când mâncăm, noi facem mii şi mii de alte lucruri. Mintea nu se mai află deloc în actul mâncării. Corpul va continua să mănânce ca un robot şi mintea va peregrina în altă parte.

Cu câteva zile înainte venise aici un student. Examenele sale se apropiau şi m-a întrebat: „Sunt foarte tulburat de faptul că m-am îndrăgostit de o fată. În timp ce sunt cu ea mă gândesc la examene şi când vreau să învăţ mă gândesc doar la fată. Ce să fac? În timp ce învăţ nu mă aflu acolo, ci mă pierd în fantezii minunate legate de fată. Iar când sunt cu ea mă gândesc doar la examenele care se apropie. Astfel totul a devenit plin de confuzie”.

Astfel suferă orice om, nu doar acest tânăr. Când eşti la muncă te gândeşti acasă; când eşti acasă te gândeşti la birou, însă când eşti acasă, eşti acasă, nu poţi fi la muncă. Dacă nu poţi trăi momentele prezente, nu eşti sănătos. Atunci, totul se transformă în altceva – nimic nu mai este clar. O asemenea minte constituie o problemă.

Dacă în timp ce cari apă de la fântână faci doar această acţiune, atunci eşti un buddha. Dacă te duci la maeştrii zen şi îi întrebi: „Care este *sadhana* – practica voastră spirituală?” – aceştia îţi vor răspunde: „Când ne simţim somnoroşi, dormim. Când ne simţim înfometaţi, mâncăm. Asta este tot, nu avem altă *sadhana*”. Dar este dificil. Pare simplu: dacă în timp ce mănânci doar mănânci, dacă în timp ce stai doar stai şi nu mai faci nimic altceva, dacă poţi rămâne cu acel moment fără să pleci din el, dacă te poţi contopi cu acel moment – fără trecut sau viitor –

dacă acum, chiar această clipă, este singura existenţă – atunci eşti un buddha, chiar această minte devine o minte-debuddha.

Când mintea peregrinează, nu încerca să o opreşti. Mai degrabă devino conştient de cer. Când mintea hoinărăşte nu încerca să o opreşti, nu încerca să o aduci la un punct, la o concentrare anume – nu! Permite-i să se plimbe, dar nu da multă atenţie acelei perindări – deoarece fiind pentru sau împotriva ei, vei rămâne totuşi preocupat de perindare.

Adu-ţi aminte de cer, permite-i perindarea şi spune: „Ok, este doar ca un trafic în care mulţi oameni trec dintr-o parte în alta. Acelaşi trafic se produce şi în minte. Eu sunt cerul, nu norii". Simte-l, aminteşte-ţi de el şi rămâi în el. Într-un anumit moment, vei simţi că norii încep să se rărească şi între ei apar pauze din ce în ce mai mari. Acum nu mai sunt atât de denşi şi întunecaţi ca înainte. Au redus viteza şi poţi vedea intervalele prin care zăreşti cerul. Continuă să te simţi ca fiind cerul şi nu norii. Într-o zi, mai devreme sau mai târziu, în clipa în care focalizarea ta a pătruns în interior, norii vor fi dispărut şi tu vei fi dezvăluit în puritatea ta absolută. Tu eşti cerul, cerul veşnic pur şi veşnic virgin.

Odată ce cunoşti această virginitate, poţi reveni înapoi la lumea norilor. Atunci acea lume îşi va avea şi ea frumuseţea ei. Te poţi mişca în ea, dar acum tu eşti stăpânul. Lumea nu este rea; însă lumea ca stăpână este o problemă. Însă când tu eşti stăpânul, atunci te vei putea plimba prin ea oricum doreşti. În acel moment lumea are propria sa frumuseţe. Este minunată, este frumoasă, dar trebuie să-i cunoşti frumuseţea ca un stăpân interior.

63. Când eşti foarte atent printr-un simţ anume, păstrează-te în aceasta conştientizare.

Tu vezi prin ochi. Ţine minte, tu vezi prin ochii tăi. Ochii nu pot vedea; tu eşti cel care vede prin ei. Văzătorul este ascuns în spate, ochii sunt doar ferestrele. Dar noi avem impresia că ochii văd; credem că urechile aud. Dar nimeni nu a auzit nimic de la urechi, niciodată. T u auzi

prin urechi, nu auzi din ele. Ascultătorul este ascuns în spate. Urechile sunt doar organe receptive.

Eu te ating, îţi dau o atingere iubitoare, îţi strâng mâna. Dar nu mâna este cea care te atinge, ci eu te ating prin mână. Mâna este doar un instrument. Pot exista două tipuri de atingere: când eu te ating cu adevărat şi când evit atingerea. Pot să îţi ating mâna sau să evit atingerea. Pot să mă aflu în mână sau mă pot retrage. Încearcă şi vei avea un simţământ clar diferit. Pune mâna pe cineva şi retrage-te. Acolo nu va rămâne decât o mână moartă. Iar dacă celălalt este sensibil, senzitiv, va simţi chiar o mână moartă. Se va simţi jignit. Tu doar păcăleşti: arăţi că atingi, dar nu o faci.

Femeile sunt foarte senzitive: nu le poţi păcăli. Ele au o mare sensibilitate la atingerea corporală. Soţul poate să îi spună multe lucruri frumoase, îi aduce flori şi îi şopteşte că o iubeşte, dar atingerea sa va arăta că el nu se află acolo. Iar femeile au un instinct prin care cunosc dacă eşti sau nu cu ele, este dificil să le păcăleşti până când nu eşti stăpân pe tine însuţi.

Însă problema constă în faptul că cel care este stăpân pe el însuşi nu va dori să devină un soţ.

Orice spui va fi fals; atingerea o va arăta. Copiii sunt foarte sensibili, nici pe ei nu îi poţi păcăli. Îi mângâi, dar ei ştiu că aceea este doar o mângâiere moartă. Dacă mâna ta nu este o energie curgătoare, iubitoare, ei vor simţi imediat acest lucru. Atunci nu faci altceva decât să foloseşti un lucru mort. Când tu eşti prezent în totalitate în mână, când centrul fiinţei tale se află în mână, când sufletul este acolo, atunci atingerea are o calitate diferită.

Această sutra spune că simţurile sunt doar nişte uşi, nişte instrumente, nişte staţii de receptare. Tu eşti ascuns în spate. *Când eşti foarte atent printr-un simţ anume, păstrează-te în această conştientizare*. În timp ce asculţi muzică nu te pierde în ureche. Adu-ţi aminte de conştiinţa care este ascunsă în spate. Fii atent! În timp ce vezi pe cineva… încearcă. O poţi încerca chiar acum, privindu-mă. Ce se întâmplă? Mă pot privi doar ochii, iar când spun

aceasta înseamnă că tu nu eşti conştient. Mă poţi privi prin ochi şi când spun aceasta, înseamnă că ochii stau între tine şi mine. Tu te afli în spatele ochilor, privind prin ei, aşa cum cineva ar privi pe fereastră sau prin ochelari.

Ai observat vreodată un funcţionar cum priveşte pe deasupra ochelarilor? Ochelarii sunt alunecaţi pe nas şi el priveşte pe deasupra lor. Priveşte-mă astfel, priveşte-mă ca şi cum te uiţi pe deasupra ochilor, ca şi cum ochii au alunecat pe nas şi tu stai în spate şi mă priveşti. Brusc, vei simţi o schimbare a calităţii. Atenţia ta se schimbă; ochii devin doar nişte uşi. Aceasta devine o meditaţie.

Când auzi, doar aude prin urechi şi rămâi conştient de centrul tău interior. Când atingi, doar atinge prin mână şi adu-ţi aminte de cel care stă în interior. Prin orice simţ poţi simţi centrul interior şi fiecare simţ merge spre centrul interior. El trebuie să dea raportul. De aceea când mă vezi şi mă auzi, prin ochi şi urechi, undeva înăuntru tu ştii că vezi acelaşi om pe care îl şi auzi. Dacă corpul meu are un miros anume, îl vei mirosi prin nas.

Atunci trei simţuri diferite vin şi raportează centrului. De aceea poţi coordona. Altminteri va fi dificil: dacă ochii văd şi urechile aud, atunci va fi dificil să cunoşti dacă tu auzi pe acelaşi om pe care îl vezi sau este altcineva, deoarece aceste două simţuri sunt diferite şi ele nu se întâlnesc niciodată. Ochii tăi nu au cunoscut niciodată urechile tale şi invers. Simţurile nu se cunosc între ele, nu se întâlnesc.

Atunci cum este totul sintetizat? Urechile aud, ochii văd, mâinile ating, nasul miroase şi brusc, undeva înăuntru, tu ştii că acesta este unul şi acelaşi om pe care îl vezi, auzi, atingi, miroşi. Acest cunoscător este diferit de simţuri. Fiecare simţ raportează totul acestui cunoscător, fiecare simţ cade în acest centru şi totul devine una. Este un miracol.

Eu sunt unul în afara ta. Eu sunt unul! Corpul, prezenţa trupului, vorbele, mirosul, toate sunt unul.

Simţurile tale mă vor divide. Urechile îţi vor raporta dacă voi spune ceva, nasul îţi va spune cum miros şi dacă

miros, ochii îţi vor spune dacă pot fi văzut, dacă sunt vizibil. Ele mă vor divide. Dar undeva înăuntrul tău voi deveni unul. În acel loc unde devin unul, acolo este centrul fiinţei tale. Aceea este conştiinţa ta pe care ai uitat-o complet. Această uitare este ignoranţa, iar conştientizarea este cea care va deschide uşile-cunoaşterii-de-sine. Şi nu te poţi cunoaşte în alt mod.

Când eşti foarte atent printr-un simţ anume, păstrează-te în această conştientizare. Rămâi cu conştientizarea; stai în ea; rămâi atent, alert. La început este dificil. Noi adormim şi pare foarte dificil să privim prin ochi. Este mai uşor să privească ochii. La început vei simţi o anumită încordare atunci când încerci să priveşti prin ochi. Iar acest lucru nu îl vei simţi doar tu, ci şi persoana la care te uiţi.

Dacă priveşti pe cineva prin ochi, acesta va simţi că treci prin el, că faci ceva nepotrivit. Persoana respectivă va simţi că nu te comporţi normal, deoarece privirea ta devine pătrunzătoare. Când privirea porneşte din adâncul tău, atunci ea va pătrunde în adâncul celeilalte persoane. Din acest motiv societatea şi-a construit o apărare: nu ai voie să priveşti adânc în ochii cuiva până nu-l iubeşti. Când iubeşti, atunci poţi privi persoana respectivă adânc în ochi; celălalt poate fi vulnerabil şi deschis în faţa ta. Dar în mod normal, dacă nu iubeşti nu ai voie să priveşti pătrunzător.

În India, o asemenea persoană este denumită *lucheha* – un văzător. Cuvântul vine de la *lochan* – ochi, iar *lucheha* înseamnă cineva care are ochii îndreptaţi spre tine. Aşa că nu poţi încerca o astfel de privire asupra cuiva pe care nu îl cunoşti.

La început încearcă cu obiecte – o floare, un copac, o stea. Acestea nu se vor simţi niciodată jignite şi nu vor obiecta. Mai degrabă le va plăcea şi vor aprecia, se vor simţi bine. Încearcă cu ele şi apoi cu persoanele pe car ele iubeşti – soţia, copilul. Îl poţi lua pe copil în braţe şi îl poţi privi prin ochi – el va înţelege. Va înţelege mai mult decât oricine, deoarece el încă nu este pervertit de societate – încă este natural. El va simţi o iubire profundă dacă îl

priveşti prin ochi; el îţi va simţi prezenţa.

Priveşte-ţi iubita şi după ce înveţi bine arta poţi încerca şi cu alte persoane – deoarece atunci celălalt nu va cunoaşte faptul că cineva l-a privit profund. Şi odată ce ai învăţat această artă de a sta întotdeauna alert în spatele simţurilor, acestea nu te vor mai păcăli sau amăgi. Altminteri te amăgesc.

Într-o lume ce este doar o aparenţă ele te-au păcălit ca să o simţi reală. Dacă poţi privi prin ele şi totodată să rămâi alert, lumea încet-încet nu va mai părea ca fiind reală, o vei simţi ireală şi vei fi capabil să pătrunzi în substanţă – chiar în substanţa ei.

Această substanţă este Brahman.

40. ILUMINAREA BRUSCĂ ŞI OBSTACOLELE EI

1. III.1973, Bombay

ÎNTREBĂRI:

1. Dacă experienţa autentică este subită, atunci ce este acea creştere şi claritate treptată pe care o simţim?

2. Ce se întâmplă cu polii opuşi atunci când cineva se află în conştiinţa martor?

3. Când este dezvăluită mintea-de-buddha în starea de conştientizare fără gânduri?

4. Care sunt motivele pentru care nu pot avea o purificare, o catharsis completă atunci când fac meditaţiile tale?

1. Ai spus că ori poţi vedea lumea ori Brahman şi că nu este posibilă o percepere gradată a Absolutului. Dar în experienţă, noi simţim că, cu cât devenim mai conştienţi, mai tăcuţi şi mai calmi, sentimentul prezenţei divine devine din ce în ce mai clar. Atunci ce este această claritate şi creştere treptată dacă experienţa subită nu este niciodată treptată, ci imediată?

Aceasta a fost una dintre cele mai vechi probleme: Este iluminarea subită sau treptată? Trebuie înţelese multe lucruri. A existat o tradiţie care spunea că iluminarea este treptată şi că totul poate fi împărţit în etape – ca orice altceva; cunoaşterea de asemenea poate fi divizată; poţi deveni din ce în ce mai înţelept, mai iluminat.

Acest concept a fost larg acceptat, deoarece mintea umană nu poate concepe nimic ca fiind subit. Mintea vrea să dividă, să analizeze. Mintea este un instrument de divizare. Ea poate înţelege treptele, dar ceea ce este subit este non-mental – dincolo de minte.

Dacă îţi spun că eşti ignorant şi că treptat – treptat vei deveni mai înţelept, este ceva comprehensibil. Însă când îţi spun: „Nu, nu există dezvoltare treptată. Ori eşti ignorant, ori devii iluminat, există doar o săritură bruscă" – atunci apare întrebarea cum să devii iluminat. Dacă nu există etape, nu există progres. Dacă nu există trepte de dezvoltare, atunci nu poţi porni.

De unde să începi? Într-o explozie subită începutul şi sfârşitul sunt la fel. Nu există nicio pauză între început şi sfârşit, deci de unde să începi? Începutul este sfârşitul.

Acesta devine un *koan* – o enigmă pentru minte. Atunci iluminarea bruscă pare imposibilă. Nu înseamnă că este imposibilă, dar mintea nu poate concepe aşa ceva. Şi, ţine minte, cum ar putea mintea să conceapă iluminarea? Nu poate. A fost în mod larg acceptată ideea că această explozie interioară este precedată de un proces treptat. Chiar mulţi iluminaţi au recunoscut acest lucru.

Nu înseamnă că aşa este. Aceştia au spus asta doar pentru a accepta felul tău de a percepe. Ei au avut o profundă compasiun e pentru oameni. Ei cunoşteau faptul că dacă începi să gândeşti că este ceva treptat, atunci începutul este bun, dar nu va exista niciun fel de dezvoltare treptată. Important este să începi să cauţi, iar într-o zi, brusc, ţi se va întâmpla. Dacă se afirma că iluminarea este subită şi nu poate fi obţinută printr-o dezvoltare treptată, atunci nu ai mai fi pornit la drum şi nu ţi s-ar fi întâmplat nimic. Mulţi iluminaţi au afirmat că iluminarea este un proces gradat doar pentru a ajuta, doar pentru a-ţi da imboldul să porneşti.

Orice altceva este posibil printr-un proces treptat, dar nu şi iluminarea. De exemplu, dacă începi să încălzeşti apa, dacă vrei să o faci să se evapore, atunci evaporarea se va produce brusc. La un anumit punct, la 100°C,

evaporarea se va produce subit. Nu va exista o creştere treptată a apei spre vapori. Nu o poţi diviza; nu poţi spune că această apă este pe jumătate vapori şi pe jumătate lichid. Ori este apă, ori aburi. Apa trece brusc la starea de aburi.

Acolo există o săritură – nu o trecere treptată. Însă prin încălzire îi dai apei în mod gradat căldură. O ajuţi să ajungă la 100°C, la punctul ei de evaporare. Aceasta este o creştere naturală. Până la acel punct ea va creşte, în sensul că, va deveni din ce în ce mai caldă. Atunci, evaporarea apare brusc.

Au existat maeştri înţelepţi, plini de compasiune care au afirmat – folosind bineînţeles limbajul înţeles de mintea umană – „Da, există o dezvoltare treptată”. Acest lucru îţi dă curaj, speranţă şi o posibilitate de a creşte, de a ţi se întâmpla şi ţie: nu poţi atinge iluminarea printr-o explozie bruscă, ci pas cu pas, împreună cu toate limitările şi slăbiciunile tale, vei creşte şi vei ajunge acolo. Poate dura multe vieţi, dar încă există speranţă. Tu te vei încălzi prin eforturile depuse de tine.

Al doilea lucru care trebuie ţinut minte este următorul: chiar şi apa foarte bine încălzită, încă este tot apă. Aşa că, chiar dacă ai o minte mai clară, dacă devii mai pur în percepţii, mai centrat, încă eşti un om, nu un buddha, nu un iluminat. Devii mai tăcut, mai calm, mai liniştit. Simţi o fericire interioară, dar încă eşti un om, iar senzaţiile tale sunt tot preponderent negative, nu pozitive.

Te simţi calm, deoarece eşti mai puţin tensionat. Eşti mai fericit, deoarece nu te mai agăţi la fel de mult de suferinţele tale: nu le mai creezi, te simţi mai adunat – dar nu pentru că ai realizat unicul, ci pentru că acum eşti mai puţin divizat.

Ţine minte: tu eşti doar o apa călduţă. Acolo însă există posibilitatea ca în orice moment să ajungi la un punct în care să apară evaporarea. Când se întâmplă acest lucru nu vei simţi calmul, nici chiar fericirea, nu te vei simţi tăcut, deoarece aceste atribute sunt legate de opuşii lor. Când eşti tensionat poţi simţi tăcerea. Când eşti agitat

poţi simţi liniştea. Când eşti divizat, fragmentat, poţi simţi unicitatea, unitatea. Când eşti suferind, poţi simţi fericirea.

De aceea, Buddha era tăcut – deoarece limbajul nu poate exprima ceea ce este dincolo de polarităţi. El nu poate spune: „Acum sunt plin de beatitudine" – deoarece chiar şi acest simţământ este posibil doar pe un fundal de suferinţă şi durere. Poţi simţi sănătatea doar pe fundalul bolii; poţi simţi viaţa doar pe fundalul morţii. Buddha nu poate spune: „Acum sunt nemuritor" – deoarece moartea a dispărut atât de complet încât nu mai poate fi simţită nemurirea.

Când suferinţa dispare complet, cum te mai poţi simţi fericit? Dacă agitaţia a dispărut total, cum mai poţi simţi tăcerea? Toate aceste experienţe, sentimente, sunt legate de opuşii lor. Nu pot fi simţite dacă nu există un opus al fiecăreia. Când întunericul dispare complet, cum mai poţi simţi lumina? Este imposibil.

Buddha nu poate spune: „Am devenit lumină!" Nu poate afirma: „Acum sunt plin de lumină!" Dacă spune asemenea lucruri, înseamnă că încă nu este un buddha. El nu poate rosti astfel de lucruri. Dacă vrei să simţi lumina, atunci întunericul trebuie să existe: moartea trebuie să fie acolo, dacă vrei să simţi nemurirea. Nu poţi evita opusul. Acesta este o necesitate fundamentală pentru existenţa fiecărei experienţe. Deci, care este experienţa lui Buddha? Nu este nimic din tot ce putem cunoaşte noi. Nu este nici pozitivă şi nici negativă, niciuna şi nici alta. Nu este nimic din ce poate fi exprimat.

Din acest motiv, Lao Tzu insistă atât de mult asupra faptului că adevărul nu poate fi rostit, iar în momentul în care o faci l – ai falsificat. Deja este neadevărat.

Adevărul nu poate fi spus datorită următorului lucru: el nu poate fi divizat în poli opuşi, iar limbajul are înţeles doar prin polarităţi. Altminteri limbajul devine lipsit de sens. Fără contrarii este nul.

Deci există o tradiţie care spune că iluminarea este treptată, dar această tradiţie nu spune adevărul. Este jumătate de adevăr rostit din compasiune pentru mintea

umană. Iluminarea este bruscă şi nici nu poate fi altfel. Este o săritură! Este o discontinuitate faţă de trecutul tău! încearcă să înţelegi: dacă este gradat, trecutul va rămâne acolo. Dacă este gradat acolo există o continuitate; Nu există nicio ruptură. Dacă există o creştere treptată de la ignoranţă la cunoaştere, atunci ignoranţa nu poate dispare complet. Ea va dăinui, deoarece nu a existat niciun fel de discontinuitate, nu a existat niciun hiatus. Aşa că, ignoranţa poate deveni mai lustruită, mai cunoscătoare.

Poate părea mai înţeleaptă, dar încă există. Şi cu cât este mai lustruită, cu atât este mai periculoasă. Cu cât este mai cunoscătoare, cu atât omul devine mai şmecher şi mai capabil de a se amăgi pe sine.

Iluminarea şi ignoranţa sunt absolut separate, discontinue. Este nevoie de o săritură – de un salt prin care trecutul este dizolvat în întregime. Vechiul este pierdut: nu mai există şi a apărut noul care nu a fost niciodată acolo.

Buddha a spus: „Eu nu mai sunt cel care căuta. Cel care a apărut acum nu a fost niciodată înainte”. Pare ilogic şi absurd, dar este adevărul. Chiar aşa este! Buddha afirmă: „Eu nu mai sunt cel care căuta; nu sunt cel care dorea iluminarea; nu sunt cel care era ignorant. Omul cel vechi a murit complet. Eu sunt cineva nou. Eu nu am existat niciodată în acel om vechi. A existat o ruptură. Vechiul a murit şi noul s-a născut”.

Este dificil pentru minte să conceapă aşa ceva. Cum ai putea concepe aşa ceva? Cum poţi concepe un hiatus? Ceva trebuie să continue. Cum se poate ca ceva să dispară complet şi să apară ceva nou? Cu două decenii înainte nicio minte ştiinţifică şi logică nu putea concepe aşa ceva. Dar acum, ştiinţa nu mai consideră acest lucru ca fiind absurd. Ştiinţa afirmă că înăuntrul atomului se petrece ceva la fel de absurd: electronul sare dintr-un punct în altul, apare şi dispare. Între acele două puncte el nu există. Apare în punctul A, apoi dispare şi reapare în punctul B, dar între acestea el nu mai există. Devine absolut non-existent.

Dacă este aşa, atunci înseamnă că non-existenţa este de asemenea un fel de existenţă. Este dificil de conceput aşa ceva, dar non-existenţa este şi un fel de existenţă. Este ca şi cum ceva se mişcă de la vizibil la invizibil, de la formă la non-formă.

Când Gautama Siddhartha, omul care exista înainte de se naşte Buddha, era în căutare, el era o formă vizibilă. Când s-a produs iluminarea, acea formă s-a dizolvat complet în non-formă. Pentru un moment acolo a existat un hiatus; nu mai exista nimeni. Apoi, din non-formă a apărut o nouă formă: Gautama Buddha. Datorită faptului că trupul continuă să arate la fel noi credem că acolo a existat o continuitate, dar realitatea interioară se schimbă total. Datorită faptului că trupul continuă în aceeaşi formă noi spunem: „Gautama Siddhartha a devenit acum Gautama cel Trezit – a devenit un buddha”. Însă Buddha însuşi afirmă: „Eu nu sunt cel care căuta, ci sunt cineva cu totul diferit”.

Este extrem de dificil pentru minte să înţeleagă acest lucru – dar multe lucruri nu pot fi înţelese de ea, asta nu înseamnă că trebuie negate. Mintea trebuie să cedeze în faţa acestor imposibilităţi pe care nu le poate pătrunde. Sexul nu poate ceda minţii, ci mintea trebuie să cedeze sexului. Acesta este unul dintre cele mai fundamentale fapte interioare – iluminarea este un fenomen discontinuu. Vechiul dispare pur şi simplu şi noul îşi face apariţia.

A mai existat o tradiţie mai recentă care spune că iluminarea este subită şi nu treptată.

Dar foarte puţini au fost aceia care au făcut parte din ea. Acesta este adevărul, însă puţini s-au încumetat să afirme aşa ceva deoarece nu pot obţine mulţi adepţi care să le urmeze învăţătura. Mintea nu poate concepe că iluminarea este subită, atunci cum i-ai putea urma pe cei care spun aşa ceva? Este un şoc pentru logică şi pare absurd, imposibil. Dar ţine minte un lucru: atunci tu pătrunzi în tărâmuri mai profunde. Vei întâlni multe lucruri, fie ale minţii sau ale materiei, pe care o minte superficială nu le poate concepe.

Tertullian, unul dintre cei mai mari mistici creştini, a spus: „Cred în Dumnezeu, deoarece Dumnezeu, pentru minte, este cea mai mare absurditate. Cred în Dumnezeu, deoarece mintea nu poate crede în Dumnezeu”. Este imposibil ca mintea să creadă în Dumnezeu; credinţa în Dumnezeu nu ţi-o poate da nicio logică, niciun argument, nicio dovadă, nimic nu poate ajuta acest crez. Totul este împotriva sa, împotriva existenţei sale, dar Tertullian spune: „De aceea cred – pentru că doar printr-un crez într-o idee absurdă pot părăsi mintea mea”.

Asta este minunat. Dacă vrei să pleci din minte, vei avea nevoie de ceva pe care mintea să nu-l poată concepe. Dacă mintea îl va putea concepe, atunci ea îl va absorbi în propriul ei sistem şi apoi nu vei putea transcende mintea. De aceea, fiecare religie a insistat asupra câte unui punct absurd. Nicio religie nu poate exista fără o absurditate care să facă parte din fundaţia ei. Din acea absurditate te poţi întoarce spunând: „Eu nu pot crede în aşa ceva” – şi atunci rămâi acelaşi; sau poţi face o săritură din minte. Şi până când mintea ta nu este ucisă, iluminarea nu poate apărea.

Mintea ta este problema; logica, argumentele tale reprezintă problema fundamentală. Ele sunt la suprafaţă. Par adevărate, dar te amăgesc. Sunt false. De exemplu, priveşte cum funcţionează structura minţii. Mintea divide totul în două şi nimic nu este divizibil. Existenţa este indivizibilă; nu o poţi divide – dar mintea continuă să dividă. Ea spune că „aceasta” este viaţa şi „aceea” este moartea. Care este însă actualitatea? Aceea că ambele sunt la fel. Chiar în acest moment tu trăieşti şi mori – eşti ambele. Tu eşti ambele – moarte şi viaţă. Mintea divide şi spune: „aceasta” este viaţa şi „aceea” este moartea. Dar nu doar divide, ci spune că ambele sunt opuse, că moartea încearcă să distrugă viaţa. Pare adevărat. Dar dacă pătrunzi mai adânc, vei vedea că moartea nu încearcă să distrugă viaţa! Tu nu poţi exista fără moarte. Moartea este cea care te ajută să exişti. Dacă moartea încetează, chiar şi pentru o clipă, să lucreze, tu vei muri cu adevărat.

În fiecare clipă, moartea aruncă părţi din tine care au devenit nefuncţionale. Multe celule mor şi acestea sunt înlăturate de moarte. Astfel pot apărea altele noi. Tu creşti: ceva moare şi ceva se naşte în mod continuu, în fiecare moment există şi moarte şi viaţă – acestea nu sunt două lucruri separate, ci două aspecte ale aceluiaşi fenomen.

Viaţa şi moartea sunt una; „viaţă-moarte” este un proces. Însă mintea divide. Această divizare pare bună pentru noi, dar este falsă.

Tu afirmi că „aceasta” este lumina şi „acela” este întunericul – divizi.

Însă unde începe întunericul şi unde se sfârşeşte lumina? Le poţi demarca? Nu! De fapt, albul şi negrul sunt doi poli opuşi ai unui alb-negru imens, iar acest continuum este viaţa. La un pol apare întunericul şi la celălalt lumina, dar realitatea este colorată – iar culoarea le conţine în ea pe ambele.

Mintea divide şi atunci totul pare clar, precis. Viaţa este foarte confuză; de aceea, viaţa este un mister. Din această cauză mintea nu poate înţelege viaţa. Este de ajutor să creezi concepte precise, clare. Poţi gândi mai uşor, mai convenabil, dar pierzi chiar realitatea vieţii. Viaţa este un mister şi mintea demistifică totul. Atunci însă ai fragmente; moarte, nu întregul.

Prin minte nu poţi concepe cum de este posibilă iluminarea bruscă, cum vei dispărea şi va apărea ceva nou. Dar nu încerca să înţelegi aceste lucruri prin minte. Mai bine practică ceva ce te va „încălzi” din ce în ce mai mult.

*

Încearcă mai bine să găseşti un foc. Într-o zi vei vedea că vechiul a dispărut, apa nu mai există – a apărut un fenomen nou. Te-ai evaporat şi totul s-a transformat complet.

Apa curge întotdeauna în jos, dar după evaporare noul element are proprietatea de a se ridica. Legea s-a schimbat. Poate ai auzit de legea gravitaţiei, descoperită de Newton, care spune că Pământul atrage în jos orice

obiect. Mai există însă o lege de care nu ai auzit, deoarece ştiinţa încă nu a descoperit-o, dar tantra şi yoga au cunoscut-o timp de secole. Aceasta este numită legea levitaţiei. Gravitaţia atrage în jos, levitaţia în sus.

Mulţi poate au auzit cum a descoperit Newton legea gravitaţiei. El stătea sub un măr şi la un moment dat i-a căzut în cap un fruct. Datorită acestei întâmplări a început să cerceteze şi a descoperit că Pământul atrage orice obiect spre el. Dar în tantra şi yoga, întrebarea se pune altfel: „Cum de-a ajuns mărul sus? Cum?" Acest lucru trebuie explicat primul. La început mărul era ascuns într-o sămânţă şi apoi a început călătoria. A ajuns să urce şi apoi a căzut. Deci gravitaţia este o lege secundară. Mai întâi a fost levitaţia. Ce a atras mărul în sus?

În viaţă avem de-a face frecvent cu legea gravitaţiei. Apa curge în jos sub efectul gravitaţiei, dar sub efectul legii levitaţiei se evaporă.

Ignoranţa acţionează sub efectul legii gravitaţiei – în orice faci te mişti în jos. Trebuie să te mişti în jos. Orice ai face nu vei izbuti să acţionezi diferit decât dacă intri sub incidenţa altei legi – cea a levitaţiei. Aceasta este samādhi – uşa pentru levitaţie. Odată ce te evapori, totul se schimbă.

Acum nu este vorba că trebuie să controlezi ceva; nu este nevoie de control, acum pur şi simplu nu mai poţi curge în jos. Aşa cum înainte era imposibil să te ridici, acum este imposibil să mai curgi.

Nu este vorba că un buddha încearcă să fie non-violent, ci el nu mai poate fi violent. El nu încearcă să fie iubitor, ci nu mai poate fi neiubitor. Aceasta nu este o alegere, un efort sau o virtute cultivată, ci acum este doar această lege: el se ridică. Ura se află sub legea gravitaţiei, iubirea este sub legea levitaţiei.

Dar nu înseamnă că nu trebuie să faci nimic decât să aştepţi transformarea bruscă. Atunci aceasta nu va apărea niciodată. Aceasta este şi enigma. Când eu spun – sau altcineva spune – că iluminarea este subită, noi credem că nu mai trebuie să facem nimic, ci doar să aşteptăm. Când

se va întâmpla, se va întâmpla, deci oricum nu poţi face nimic. Dacă este treptată, atunci poţi face ceva.

Dar eu spun că nu este treptată şi totuşi poţi face ceva. Şi trebuie să faci ceva, dar acel ceva nu îţi va aduce transformarea. Acel ceva te va aduce aproape de fenomenul de iluminare. Iluminarea nu se produce prin eforturile tale – nu. Prin eforturile tale nu faci altceva decât să devii accesibil pentru sublima lege a levitaţiei. Prin efortul pe care îl depui va apărea disponibilitatea ta spre iluminare şi nu iluminarea. Vei deveni deschis, non – rezistent, vei deveni cooperativ cu efectele acestei legi. Şi odată ce eşti non – rezistent şi cooperativ, legea va începe să funcţioneze. Eforturile tale te vor obosi, te vor face să cedezi, te vor face mai receptiv.

Este ca şi cum ai sta într-o cameră cu uşile închise. Soarele este în exterior, dar tu stai în întuneric. Nu poţi face nimic pentru a aduce soarele înăuntru, dar poţi deschide ferestrele şi acesta va deveni accesibil. Nu poţi să îl aduci înăuntru, dar dacă stai cu uşile închise îl poţi bloca în afară. Dacă deschizi uşile va intra, lumina va inunda camera.

Nu tu aduci lumina în interior, ci doar înlături obstacolul din calea ei şi lumina vine singură. Înţelege bine acest lucru: nu poţi face nimic să atingi iluminarea, dar faci însă multe alte lucruri ca să o opreşti – să o împiedici să vină la tine. Tu creezi multe bariere, deci nu poţi face decât să deschizi uşile, să distrugi barierele. Iar în momentul în care uşile sunt deschise, razele, lumina te va atinge şi te va transforma.

Deci, tot efortul făcut în acest sens este doar acela de a distruge barierele, nu de a atinge iluminarea. Este la fel ca în medicină. Aceasta nu îţi poate da sănătate, dar poate distruge bolile pe care le ai. Şi odată ce acestea sunt distruse, sănătatea apare; devii disponibil. Dacă bolile există, sănătatea dispare.

De aceea, medicina nu a fost niciodată capabilă să definească ce este sănătatea. Poate defini exact ce este fiecare boală – se cunosc mii şi mii de boli – dar nu poate

defini sănătatea. Cel mult poate spune că sănătatea există atunci când omul nu are nicio boală. Dar ce este sănătatea? Ceva ce depăşeşte mintea? Ea există: o poţi avea, o poţi simţi, dar nu o poţi defini.

Tu ai cunoscut sănătatea, dar o poţi defini?

În momentul în care încerci să o defineşti va trebui să aduci acolo şi boala. Va trebui să vorbeşti câte ceva despre boală şi vei spune: „Sănătatea este non-boala”. Este ridicol. Pentru a defini sănătatea ai nevoie de boală? Iar boala are calităţi bine definite. Sănătatea are şi ea propriile ei calităţi, dar nu sunt la fel de bine definite, deoarece sunt infinite. Le poţi simţi: când sănătatea este acolo tu ştii că ea se află acolo. Dar ce este ea? Bolile pot fi tratate, distruse. Barierele sunt distruse şi lumina pătrunde. Similar este şi cu fenomenul iluminării. Acesta este o sănătate spirituală. Mintea este o boală spirituală, iar meditaţia nu este altceva decât medicină.

Buddha a spus: „Eu sunt un doctor, un *vaidya* – un medic. Nu sunt un învăţător şi nu am venit să predau doctrine. Eu ştiu un medicament care poate vindeca bolile. Şi nu întreba de sănătate. Ia medicamentul, distruge boala şi vei afla ce este sănătatea. Nu întreba de ea. Eu nu sunt un metafizician, nu sunt filosof, nu sunt interesat de cum este Dumnezeu, de ce este sufletul, de ce este *kaivalya* – unicitatea, de ce este *moksha* – eliberarea, sau de ce este *nirvāṇa*. Nu mă interesează! Mă interesează doar ce este boala şi cum poate fi ea tratată. Eu sunt doar un doctor”. Felul său de a aborda lucrurile este foarte ştiinţific. El a diagnosticat boala şi a urmărit astfel să elimine suferinţa umană. Abordarea sa este absolut potrivită.

Distruge barierele. Care sunt acestea? Gândirea este bariera fundamentală. Când gândeşti este creată o barieră de gânduri. Între tine şi realitate se interpune un zid de gânduri, iar acest zid este mai dens ca orice zid material. Şi există-multe nivele ale gândului. Nu poţi penetra prin ele şi să vezi ce este realul. Tu continui să te gândeşti la ce este realul şi continui să îţi imaginezi ce este el, iar realul te aşteaptă aici şi acum. Dacă devii disponibil, el îţi va

apărea. Tu continui să gândeşti ce este realul, dar cum poţi gândi dacă nu cunoşti?

Nu poţi gândi la ceva ce nu cunoşti: te poţi gândi doar la ceva ce ai cunoscut. Gândirea este repetitivă, tautologică; ea nu ajunge niciodată la ceva nou şi necunoscut. Prin gândire nu atingi niciodată necunoscutul, ci doar cunoscutul şi aceasta este fără rost, deoarece deja îl cunoşti. Poţi continua să îl simţi mereu şi mereu; poate că îţi place senzaţia, dar nu apare nimic nou din ea.

Opreşte gândirea. Dizolv-o şi bariera este distrusă. Atunci uşile tale sunt deschise şi lumina poate intra. Iar în momentul în care lumina pătrunde în interior vei observa că vechiul nu mai există. Acum ştii că ceea ce eşti, eşti noul. Acesta nu a existat înainte, tu nu l-ai cunoscut niciodată: dar poţi spune că a apărut ceva ce există mereu – dar necunoscut ţie.

Poţi folosi ambele expresii, deoarece înseamnă acelaşi lucru. Acel ceva îl poţi denumi cum vrei – Brahman sau oricum altfel – şi acesta a fost dintotdeauna acolo, dar tu nu l-ai cunoscut. Sau poţi spune că este ceva cu totul nou – ceea ce a apărut acum şi nu a mai existat niciodată înainte.

Şi asta este bine, deoarece pentru tine este ceva nou. Dacă vrei să vorbeşti despre adevăr va trebui să foloseşti expresii paradoxale. Upanishadele afirmă: „Acesta este noul şi vechiul. Este ceea ce a fost dintotdeauna, este cel mai vechi şi cel mai nou. Este şi apropiatul şi îndepărtatul”. Atunci însă limbajul devine paradoxal, contradictoriu”.

Şi mai întrebi: „Ce este această dezvoltare şi claritate care apare, dacă experienţa autentică nu este niciodată treptată, ci bruscă?” Această claritate este a minţii; este a uşurării bolii; este a căderii bolii. Dacă o barieră cade, te vei simţi mai puţin împovărat, ochii îţi sunt mai puţin înceţoşaţi. Când altă barieră va cădea, te vei simţi mai uşor şi ochii vor deveni mai clari. Dar, această claritate nu este a iluminării; este doar a uşurării, a dispariţiei bolii şi nu a sănătăţii. Când toate barierele dispar, odată cu ele

dispare şi mintea ta. Atunci nu mai poţi spune: „Acum mintea îmi este clară”. Atunci doar spui: „Acum nu mai există minte”.

Când acolo nu mai este minte, atunci acea claritate este a iluminării – aceasta este ceva absolut diferit. În acea clipă se deschide o altă dimensiune.

Dar va trebui să treci prin clarităţile minţii. Însă ţine minte că, oricât de clară devine, ea este totuşi o barieră. Oricât de transparentă este şi poţi privi prin ea în partea cealaltă, încă este o barieră pe care va trebui să o spargi complet. Uneori se întâmplă ca cineva care meditează să devină mai clar, mai liniştit şi mai tăcut. Atunci el se agaţă de meditaţie şi crede că a atins totul. Marii maeştri au accentuat întotdeauna faptul că va veni o zi în care va trebui să renunţi chiar şi la meditaţie.

O să-ţi spun o povestioară – o povestire zen. Bokuju medita – medita profund, lucru care îl făcea în fiecare zi. Maestrul îl vizita zilnic, râdea şi plecă. Bokuju a început să fie tulburat de această atitudine a maestrului. Acesta venea, îl privea, râdea şi apoi pleca fără să spună nimic. Meditaţia sa devenea din ce în ce mai profundă şi el avea nevoie de cineva care să îi aprecieze eforturile. Se aştepta ca maestrul să vină, să-l îmbrăţişeze şi să-i spună: „Foarte bine Bokuju. Este foarte bine”. Însă maestrul doar râdea. Acel râs era jignitor, ca şi cum el nu progresase deloc. Şi cu cât avansa mai mult, cu atât râsul devenea mai jignitor. Îi era imposibil să mai tolereze aşa ceva.

Într-o zi Bokuju a devenit complet tăcut, mintea i s-a oprit complet şi nu mai avea niciun gând. Mintea era absolut transparentă; nu mai simţea nicio barieră. A început să devină plin de o fericire subtilă; bucuria începu să clocotească – era în extaz. Şi se gândi: „Acum maestrul cu siguranţă nu va mai râde. Sunt convins că îmi va spune: «Bravo Bokuju, te-ai iluminat.»”.

Maestrul îşi făcuse apariţia, dar de această dată avea o cărămidă în mână. S-a aplecat şi a început să frece cărămida de stânca pe care stătea

*

Bokuju. Începuse să facă un zgomot foarte iritant. În cele din urmă nu a mai putut suporta acel sunet deranjant şi a deschi ochii întrebându-l pe maestru:

Ce faci?”

„Încerc să fac din cărămida aceasta o oglindă” – a răspuns maestrul.

Bokuju a continuat: „Te comporţi prosteşte. Această piatră nu va deveni niciodată o oglindă. Oricât ai încerca nu vei putea să faci din ea o oglindă”.

Maestrul a râs şi a spus: „Dar tu ce faci aici? Această minte nu poate deveni niciodată iluminată şi tu continui să o ajustezi. O lustruieşti foarte bine şi te deranjează foarte mult faptul că vin aici şi râd”. Atunci brusc, maestrul a aruncat cărămida, iar Bokuju s-a trezit. Când cărămida a atins pământul, el a simţit că maestrul avea dreptate şi în acea clipă mintea s-a spart. Din acea zi nu a mai existat nici minte şi nici meditaţie. A devenit iluminat.

Maestrul i-a spus: „Acum poţi merge oriunde. Du-te şi învaţă-i şi pe alţii. Mai întâi învaţă-i meditaţia, apoi non – meditaţia. Mai întâi învaţă-i cum să-şi facă mintea mai clară, deoarece numai o minte clară poate înţelege faptul că ea reprezintă o barieră. Doar o minte profund meditativă poate realiza că acum trebuie renunţat chiar şi la meditaţie”.

Acum nu poţi înţelege aceste lucruri. Krishnamurti repetă mereu că nu este nevoie de meditaţie şi are dreptate. Dar spune acest lucru persoanelor care nu îl pot înţelege. Aşa este, nu ai nevoie de niciun fel de meditaţie, dar acest lucru nu trebuie spus oricui. Cum ar putea înţelege cei care nu cunosc meditaţia, faptul că nu este nevoie de aceasta? Atunci vor începe să se agaţe de această idee. Vor crede că nu au deloc nevoie de meditaţie şi, vor ajunge la concluzia: „Noi suntem iluminaţi”.

Ascultându-l pe Krishnamurti mulţi simt că nu au nevoie de meditaţie şi că cei care o practică nu fac altceva decât să se prostească. Şi datorită acestui concept – care este adevărat – îşi pierd întreaga viaţă. Există un punct în care trebuie renunţat la meditaţie; un punct în care ea

devine o barieră. Nu poţi renunţa la ceva ce nu ai. Krishnamurti spune să nu meditezi, că nu este nevoie de ea. Dar tu nu ai meditat niciodată, aşa că nu poţi şti dacă aceasta este cu adevărat nenecesară.

Un bogat poate renunţa la bogăţii, pe când un sărac nu poate face asta. Pentru a renunţa la ceva trebuie să ai la ce renunţa. Dacă meditezi, într-o bună zi poţi renunţa la ea – iar aceasta este renunţarea finală. Este uşor să renunţi la bogăţii. Nu este dificil să renunţi la familie. Poţi renunţa la întreaga lume, deoarece totul este exterior, doar exterior. Ultimul lucru este meditaţia, bogăţia cea mai interioară. Iar când renunţi la ea, ai renunţat la tine însuţi. Atunci nu mai rămâne niciun sine – nici chiar eul care meditează, marele meditator. Chiar şi imaginea aceasta este distrusă. Ai căzut în vacuitate. Doar în acest nimic există discontinuitatea. Vechiul a dispărut şi a apărut noul. Prin meditaţie tu devii disponibil.

Orice s-ar întâmpla prin meditaţie să nu crezi că aceea este iluminarea. Acestea sunt decât nişte străfulgerări ale unei boli ce dispare, ce se risipeşte.

Tu te simţi bine. Boala dispare şi începi să te simţi relativ sănătos. Însă adevărata sănătate nu a apărut, dar eşti mai sănătos ca înainte şi asta este bine.

2. Ai afirmat că viaţa există în poli opuşi, precum ura şi iubirea, atracţia şi repulsia, virtutea şi viciul etc. Dar ce se întâmplă cu aceşti poli opuşi atunci când cineva se află în conştiinţa martoră?

Nu întreba, ci aşteaptă să vezi ce se întâmplă. Tu poţi întreba şi poţi primi un răspuns, dar acest răspuns nu poate deveni un răspuns autentic pentru tine. Nu o lua niciodată înainte. Nu întreba ce se întâmplă când cineva moare. Ce se întâmplă? Orice s-ar spune este fără sens, deoarece tu eşti încă în viaţă. Ce se întâmplă când moare cineva? Va trebui să treci prin asta. Până când nu eşti mort nu poţi cunoaşte ce se întâmplă. Orice poate fi spus poate fi crezut, dar aceasta nu are niciun folos.

Mai degrabă întreabă cum poţi cunoaşte prin propria ta experienţă Nimeni nu poate muri pentru tine:

experienţa altcuiva nu poate fi o experienţă pentru tine. Va trebui să mori. Moartea altcuiva nu este de niciun ajutor. La fel este şi în cazul nostru. Ce se întâmplă când dispar polarităţile? Într-un fel nu se întâmplă nimic. Acolo întâmplările dispar, deoarece orice întâmplare este dual㠄. Când iubirea şi ura se dizolvă – şi ele se dizolvă – ce se întâmplă? Când iubeşti, totodată şi urăşti – aceeaşi persoană pe care o iubeşti. Când apare ura se afundă iubirea şi invers.

Iisus spune: „Iubeşte-ţi duşmanii” – dar eu îţi spun că nu poţi face altfel. Tu *îţi* iubeşti duşmanii. Îi urăşti foarte mult, dar aceasta este imposibil fără iubire. Iubirea este doar celălalt aspect al monezii. Şi poţi demarca iubirea de ură? Când urăşti şi când iubeşti pe cineva? Poţi delimita? Iubeşti şi urăşti aceeaşi persoană: în orice moment ura poate deveni iubire şi invers. Aceasta este polaritatea minţii, astfel funcţionează ea. Dar nu te îngrijora. Dacă cunoşti nu te vei îngrijora niciodată. Când iubeşti pe cineva ştii că acolo este prezentă şi ura. Dacă cineva te iubeşte, te vei aştepta la amândouă – iubire şi ură.

Dar ce se întâmplă într-o conştiinţă-de-buddha, când dispare şi ura şi iubirea? Ce se întâmplă? Este dificil de explicat de exprimat, dar ceea ce se simţea în preajma lui Buddha era multă iubire fără ură. Însă nu Buddha simţea acest lucru. El nu poate simţi iubirea, deoarece nu poate simţi nici ura. Însă cei din jurul lui simţeau curgând o profundă iubire. Noi o putem descrie ca pe o iubire fără ură, dar atunci calitatea este diferită.

Cu iubirea noastră este prezentă în mod inevitabil şi ura. Aceasta o colorează, îi schimbă calitatea. Ura dă pasiune iubirii, îi conferă forţă, intensitate, o calitate anume, în timp ce iubirea lui Buddha devine un fenomen de dispersie. Acolo nu există niciun fel de intensitate. Aceasta nu te poate arde, ci doar te încălzeşte. Nu este un foc, ci doar o strălucire. Nu este o flacără, ci doar o lumină a soarelui de dimineaţă. Este doar momentul de interval – lumină fără foc, fără flăcări.

Noi am simţit aceasta ca fiind iubire – pură – dar

acolo ură nu există. Chiar pentru a simţi acest tip de iubire îţi trebuie o minte foarte meditativă. Ai nevoie de ea, altminteri nu vei simţi acest fenomen delicat şi difuz. Trebuie să fii foarte sensibil.

Tu poţi simţi doar iubirea grosieră, iar această asperitate a iubirii grosiere este dată de ură. Dacă cineva te iubeşte fără niciun fel de ură, atunci îţi va fi dificil să o simţi. Va trebui să creşti, să devii mai transparent, mai delicat şi sensibil. Va trebui să devii precum un instrument muzical şi doar atunci poate să îţi apară briza. Iar această briză est e non-violentă şi nu te va lovi, ci va fi doar o atingere delicată. Dacă eşti foarte-foarte atent o vei simţi, altminteri o vei pierde.

Aceasta este senzaţia pe care o avem noi în preajma unui buddha şi nu sentimentul său. Buddha nu poate simţi ură sau iubire. Într-adevăr opuşii dispar şi rămâne doar prezenţa. Buddha este o prezenţă şi nu o stare. Tu eşti stări şi nu o prezenţă. Uneori eşti ură – o stare – alteori eşti iubire, sau lăcomie

— Tot felul de stări. Nu eşti niciodată o prezenţă pură, iar conştiinţa ta este modificată de stările tale. Fiecare stare devine un stăpân. Ea modifică conştiinţa, o schimbă, o colorează, o deformează.

Un buddha există fără stări. Acum iubirea, ura, lăcomia au dispărut – şi de asemenea non-violenţa, nonlăcomia. Toate au dispărut! El este doar o prezenţă. Dacă eşti senzitiv şi sensibil vei simţi iubirea curgând din el, vei simţi compasiunea. Dacă eşti mai grosier, dacă meditaţia ta nu s-a dezvoltat, atunci nu-l vei simţi deloc. Un buddha va sta lângă tine şi nu vei fi nici măcar conştient de acel rar fenomen care nu se produce decât la secole distanţă. Nu vei deveni conştient!

Sau, dacă eşti foarte grosier, antimeditativ, va putea chiar să te înfurie prezenţa sa. Deoarece prezenţa sa este subtilă poţi deveni chiar violent. Atunci vei deveni un duşman al său, dar el nu a făcut nimic ca să cauzeze acest lucru. Dacă eşti deschis şi sensibil, atunci vei deveni un prieten fără ca el să facă ceva pentru aceasta. Ţine minte:

tu eşti cel care devine duşman: tu eşti cel care devine prieten. Un buddha este doar o simplă prezenţă; el este disponibil. Dacă îi devii duşman, îi întorci spatele. Atunci vei pierde ceva ce poate va trebui să aştepţi vieţi întregi ca să mai apară.

Ananda plângea în ziua în care a murit Buddha, iar în acea zi Buddha a spus: „Aceasta este ultima mea zi în viaţă”. Ananda a fost primul care a afl at, era cel mai apropiat discipol: „Du-te şi spune-le tuturor că dacă au ceva să mă întrebe, doar astăzi o mai pot face”.

Ananda a început să plângă şi Buddha l-a întrebat: „De ce plângi? Pentru acest corp? Eu v-am spus mereu că acest corp este fals, este deja mort

— Sau plângi pentru moartea mea? Nu plânge deoarece eu am murit în urmă cu 40 de ani. Am murit în ziua în care m-am iluminat, aşa că acum doar acest corp dispare. Nu mai plânge”.

Ananda a spus un lucru minunat: „Eu nu plâng pentru corpul tău sau pentru tine, ci plâng pentru mine. Eu nu sunt încă iluminat şi acum cine ştie câte vieţi vor mai trece până să mai apară un alt buddha? Şi poate atunci nici nu voi mai fi capabil să îl recunosc”.

Până când nu devii iluminat claritatea minţii poate fi întunecată în orice moment. Înainte de iluminare poţi decade oricând. Nimic nu este sigur. Ananda a spus: „Plâng pentru mine. Eu încă nu sunt iluminat, nu m-am realizat şi tu acum intri în vacuitate”.

Mulţi, nici chiar tatăl lui Buddha, nu au putut recunoaşte că s-a întâmplat ceva cu acel om – ceva ce se întâmplă foarte rar. Întunericul a dispărut şi lumina eternă ardea acolo, dar nici chiar tatăl său nu a văzut acest lucru.

Mulţi au fost împotriva sa; unii au încercat să îl omoare. Depinde de tine: ori că-i devii prieten sau duşman. Totul depinde de sensibilitatea ta, de mintea pe care o ai.

Însă un buddha nu face nimic, ci este doar o prezenţă. Prin simpla sa prezenţă se petrec lucruri uluitoare. Cei care pot simţi iubirea, vor simţi că el este în iubire cu ei. Şi cu cât poţi simţi mai mult acest lucru, cu

atât vei simţ i că iubirea lui pentru tine devine mai profundă. Dacă devii un duşman al său, vei simţi că el este inamicul tău de moarte. Depinde de tine. Un buddha nu face ceva anume, ci este doar existenţă. Deci ce se întâmplă este dificil de spus, deoarece pentru noi toate vor fi nişte stări. Dacă spunem că este o mare de iubire, este ceva fals, deoarece acesta este doar sentimentul nostru.

Cei care îl urmau pe Iisus simţeau că el este iubirea pură, iar inamicii lui simţeau că este un duşman care trebuie crucificat – deci, depinde de fiecare. Depinde de tine cum o iei, cum eşti capabil să vezi şi cât de deschis eşti. Dar despre un iluminat nu se poate spune nimic. Acesta poate spune că el doar *este*: fără a face nimic el *este* – doar o prezenţă, o fiinţă, o existenţă.

3. Ai spus că atunci când o persoană se află total în momentul prezent fără să aibă niciun gând în minte, atunci aceea este o minte-de-A

buddha. Însă eu când nu am niciun gând şi sunt complet absorbit în moment, fără trecut sau viitor, nu simt natura-de-buddha. Te rog, explică când este dezvăluită mintea-de-buddha în această conştientizare lipsită de gânduri.

Primul lucru: dacă eşti conştient că acolo nu mai este niciun gând în mintea ta, acesta este un gând. Chiar şi acesta este un gând. Acest gând este ultimul gând. Permite-i şi lui să dispară. Şi de ce aştepţi momentul în care natura-de-buddha îţi va apărea? Acesta este iarăşi un gând. Nu se va întâmpla în modul acesta – niciodată!

O să-ţi spun o poveste: un rege venise la Gautam Buddha. Regele era un devot, un mare devot şi a venit pentru prima oară pentru darshan. În mâna stângă ţinea un obiect din aur foarte frumos ornamentat cu multe giuvaieruri.

Era tot ce avea mai preţios – o piesă rară de artă. El venise să i-o ofere lui Buddha pentru a-i demonstra astfel devoţiunea sa. S-a apropiat ţinând în mâna stângă acel obiect preţios. Buddha a spus: „Dă-i drumul!” Regele s-a tulburat. Nu se aşteptă la aşa ceva. Era şocat. Dar i-a dat

drumul acelui obiect nepreţuit doar pentru că Buddha i-a spus să o facă.

În mâna dreaptă el avea un trandafir foarte frumos. S-a gândit că poate lui Buddha nu-i plac pietrele preţioase. Aşa că a luat şi acel trandafir ca o alternativă. O floare nu este grosieră, nu este aşa de mult legată de materie.

Aceasta are o spiritualitate. În ea este ceva misterios. Era posibil ca lui Buddha să-i placă, deoarece el asemăna adeseori fluxul vieţii cu existenţa temporară a unei flori care dimineaţa înfloreşte, iar până seara dispare. Este un flux. Aşa că el a întins mâna dreaptă spre Buddha pentru a-i oferi trandafirul. Buddha a spus din nou, „Dă-i drumul!” Atunci s-a tulburat iarăşi. Acum nu mai avea nimic să-i dăruiască. Buddha a spus să-i dea drumul şi el a făcut întocmai.

Atunci brusc a devenit conştient de „eu”. Gândi: „De ce îi ofer eu lucruri, când aş putea să mă prezint pe mine?” Când şi-a dat seama de acest lucru, şi-a apropiat ambele mâini şi începuse să facă gesturile prin care să se prezinte. Dar Buddha a spus din nou: „Dă-i drumul!” Acum el nu mai avea nimic la care să renunţe – avea mâinile goale – şi Buddha a spus iarăşi: „Dă-i drumul!”

Mahakashyapa, Sariputtra, Ananda şi alţi discipoli erau acolo şi au început să râdă. Regele îşi dădu seama că până şi să spui: „Mă prezint pe mine” – este egoistic. Chiar să spui: „Acum sunt aici şi mă ofer ţie” – nu este de fapt, dăruire, devoţiune. Aşa că, atunci el s-a aruncat pe sine. Buddha a zâmbit şi a spus: „Ai înţeles bine”.

Până când nu arunci chiar şi ideea de devoţiune, chiar şi aceea de mâini goale, aceasta nu este devoţiune. Trebuie să arunci chiar şi goliciunea mâinilor. Este uşor de înţeles renunţarea la lucruri... dar la un moment dat mâinile erau goale şi Buddha a spus: „Dă-i drumul!” Nu te agăţa nici chiar de această goliciune! Când meditezi trebuie să renunţi la gânduri. Când gândurile au căzut, rămâne un gând de genul: „Acum am devenit fără-de-gânduri”. Există un sentiment, un gând subtil ca: „Acum am ajuns şi nu mai este niciun gând. Acum mintea este

liberă. Acum eu sunt gol”.

Dar această goliciune este plină cu acest gând. Şi nu contează, nu este nicio diferenţă că este un singur gând sau sunt mai multe. Aruncă, dă-i drumul şi acestui gând. Şi tu aştepţi natura-de-buddha? *Tu* nu poţi aştepta, deoarece tu nu vei fi acolo. Tu nu vei întâlni niciodată starea-de-buddha; când aceasta apare tu nu vei fi acolo, deci speranţele tale sunt zadarnice. Îţi pierzi timpul, pentru că tu nu vei fi acolo.

Kabir a spus: „Când eu eram, tu nu erai. Acum tu eşti, dar unde a plecat Kabir? Când eu căutam şi doream şi eram însetat de tine, tu nu erai.

Eu eram acolo. Acum tu eşti acolo şi, te rog, spune-mi, unde a dispărut Kabir? Unde este acel căutător ce căuta, ce dorea, ce plângea după tine? Unde a plecat acel Kabir?”

Tu nu vei fi acolo când apare starea-de-buddha. Deci nu mai aştepta, nu mai dori – nu te mai întreba: „Când îmi apare Buddha? Când devin un buddha? Când devin iluminat? Deoarece chiar aceste dorinţe vor crea o barieră, ultima barieră. Pentru atingerea libertăţii totale, dorinţa de libertate este ultima barieră. A fi iluminat – să vrei să devii iluminat – trebuie să arunci chiar şi dorinţa pentru iluminare, aceasta trebuie aruncată.

Unul dintre marii maeştri zen, Lin Chi, obişnuia să spună: „Dacă îl întâlneşti pe Buddha pe undeva, omoară-l imediat! Dacă îl vezi pe Buddha prin meditaţia ta, omoară-l imediat!” Şi vorbeşte serios. Dorinţa de a fi un buddha, de a fi iluminat, dacă îţi apare distruge-o imediat. Doar apoi se poate întâmpla ceva. Nu este nevoie de nicio dorinţă şi când spun aceasta mă refer şi la dorinţa de a nu avea dorinţe. Tu *eşti*, fără nicio dorinţă. Tu *eşti*, fără niciun gând, nici chiar conştient că acolo nu este niciun gând şi nicio dorinţă. Atunci se întâmplă.

4. Care sunt posibilele motive pentru care nu poţi avea o purificare, o catharsis explozivă? Eu, în mod constant, chiar şi astăzi în meditaţia shaktipat, am doar o catharsis uşoară, medie. Asta înseamnă cumva că nu sunt

deschis sau nu sunt destul de deschis, sau sunt alte motive? Iar îngrijorarea mea faţă de acest lucru devine o distragere pentru mine în timpul şi după actul meditaţiei.

Primul lucru care trebuie ţinut minte este următorul: purificarea va apărea dacă o ajuţi să apară, dacă cooperezi cu ea. Mintea este atât de reprimată şi tu ai reprimat, ai împins atât de multe lucruri în străfundurile ei încât pentru a ajunge la ele este nevoie de cooperarea ta. Deci chiar şi când simţi o purificare uşoară ajut-o să devină mai mare. Nu trebuie doar să aştepţi. Dacă simţi că îţi tremură mâinile de supărare, nu aştepta, ci ajută-le să tremure mai mult. Nu simţi sau gândi că trebuie să fie ceva spontan şi că trebuie să aştepţi. Dacă trebuie să fie ceva spontan, va trebui să aştepţi ani de zile, pentru că tu ai reprimat lucrurile ani de zile, iar reprimarea ta nu a fost spontană. Ai făcut-o intenţionat.

Acum va trebui să faci chiar opusul. Doar atunci pot fi aduse la suprafaţă reprimările. Simţi că plângi, că plângi încet. Ajută-l! Fă-l un ţipăt tare! Tu nu ştii că de la început ţi-ai reprimat plânsul – nu ai plâns cu adevărat. Chiar de la început copilul vrea să plângă, să râdă. Plânsul este o profundă necesitate în el. Prin plâns el trece în fiecare zi printr-o purificare, printr-o catharsis.

Copilul are multe frustrări. Aşa trebuie să fie: este o necesitate. Copilul vrea ceva, dar nu poate spune ce, nu poate cere, exprima. El vrea ceva, dar părinţii nu vor să îi îndeplinească ceea ce vrea.

Poate că mama nu este acolo, poate că nu este disponibilă. Ea poate fi angajată în altă muncă – şi poate că atunci lui nu i se dă atenţie. În acel moment nu i se dă atenţie şi el începe să plângă. Mama vrea să-l potolească, să-l consoleze, deoarece ea devine neliniştită, tatăl devine neliniştit, întreaga familie este neliniştită. Nimeni nu vrea ca el să plângă, plânsul este tulburător: toţi încearcă să-l distreze, să-i distragă atenţia astfel ca el să nu mai plângă. Noi îl putem mitui. Mama îi poate da o jucărie sau lapte – orice ce îl poate distra, distrage sau consola – doar să nu plângă.

Însă plânsul este o necesitate profundă. Dacă copilul poate plânge şi i se permite să plângă, el va deveni din nou proaspăt: frustrarea este aruncată prin plâns. Altminteri odată cu oprirea, stoparea forţată a plânsului este stopată şi eliminarea frustrării. Acum el va începe să acumuleze. Acum psihologii spun că omul are nevoie de un ţipăt primar. În Occident se dezvoltă o terapie care te poate ajuta să ţipi atât de total încât în acest ţipăt să fie implicată fiecare celulă şi fibră a corpului. Dacă poţi ţipa atât de primitiv încât prin acel strigăt să ţipe întregul tău corp, vei fi eliberat de multă durere şi suferinţă acumulată. Vei deveni ca un copil – din nou proaspăt şi inocent.

Dar acest ţipăt primar nu va apărea brusc. Tu va trebui să-l ajuţi. Ai acumulat atât de multe straturi de lucruri reprimate, încât nu este suficient doar să aştepţi – ajută-l. Când vrei să plângi, plângi din toată inima! Dă-i energie totală şi bucură-te de el. Iar al doilea lucru – bucură-te de el, pentru că dacă nu te bucuri de ce faci, atunci acesta nu va pătrunde adânc. Va fi superficial.

Dacă stai şi plângi, atunci poate că... dacă începi să sari plânsul va deveni mai profund. Sau dacă stai întins şi începi să te târăşti pe podea, p poate că va deveni mai profund. Încearcă, bucură-te, ajută-l – şi nu vei simţi că există multe căi în care îl poţi ajuta. Bucură-te de încercarea de a-l face mai profund şi odată ce el preia comanda, tu nu mai eşti necesar. Odată ce acesta ajunge la sursa în care este energia ascunsă, când atinge sursa şi energia este eliberată, atunci tu nu mai eşti necesar. Poţi curge spontan, automatic. Şi când începe să curgă în mod spontan, vei fi complet curăţat.

Este exact ca atunci când florile sunt curăţate de ploaie. Ele devin noi, fiecare particulă de praf care s-a adunat nu mai se află acolo; sunt ele însele.

În viaţă noi adunăm praf. Această catharsis sau purificare, este doar o curăţire. Ajut-o, bucură-te de ea şi într-o zi va apărea ţipătul primar. Doar continuă să o faci. Nu se poate prezice când va veni. Nu se poate spune când ţipătul primar îşi face apariţia, deoarece omul este foarte

complex. Poate veni în chiar acest moment sau poate dura ani. Un lucru este sigur: dacă ajuţi, dacă te bucuri şi eşti festiv cu aceasta, va veni.

41. METODE TANTRICE PENTRU NON-JUDECARE ŞI TREZIRE

25. III.1973, Bombay

SUTRE:

64. La începutul strănutului, în timpul fricii, în anxietate, în apropierea unei prăpăstii sau într-o luptă, atunci când eşti extrem de curios, la începutul senzaţiei de foame şi la sfârşitul ei, fii conştient fără întrerupere.

65. Puritatea altor învăţături este pentru noi o impuritate. În *realitate nimic nu este pur sau impur.*

Viaţa este un paradox. Pentru a ajunge la ceea ce este aproape, trebuie să călătoreşti în depărtări, iar ceea ce ai atins deja, trebuie să atingi din nou. Nimic nu este pierdut. Omul rămâne natural, pur, inocent; doar că el uită de aceasta. Puritatea nu este pierdută, inocenţa nu este distrusă. Acolo însă există dar o adâncă uitare.

Tu eşti deja ceea ce trebuie atins. În esenţă, nimic nou nu trebuie atins. Trebuie doar să descoperi, să dezvălui ceea ce există deja; de aici şi apare simplitatea şi, totodată, dificultatea căutării spirituale. Şi mă refer la „amândouă”... Este foarte simplu dacă poţi înţelege, dar este foarte dificil deoarece tu trebuie să înţelegi ceea ce ai uitat complet, ceea ce este atât de obişnuit încât nu eşti niciodată conştient de ea – de ceea ce este la fel ca şi respiraţia. Aceasta funcţionează neîntrerupt, dar datorită acestui lucru nu este necesar să fii conştient de ea. Nu este nevoie de conştientizarea ta. O poţi uita sau ţi-o poţi aminti – este o alegere.

Samsara şi nirvāṇa, lumea şi eliberarea – starea de conştiinţă eliberată – nu sunt două lucruri diferite, ci doar două atitudini, doar două alegeri. O poţi alege pe oricare. Poţi să te afli în lume datorită unei anumite atitudini şi aceeaşi lume devine nirvāṇa, devine o beatitudine absolută doar prin schimbarea atitudinii. Tu rămâi acelaşi, nimic nu se schimbă; este necesară doar o uşoară schimbare de

accent, o refocalizare a atenţiei, a alegerii. Este uşor. Odată ce este atinsă beatitudinea absolută vei râde. După ce ai cunoscut-o nu îţi va veni să crezi că nu ai avut-o până atunci. Se afla întotdeauna acolo şi aştepta să priveşti ceea ce era al tău.

Un buddha râde. Oricine atinge acea stare va râde, deoarece totul pare ridicol.

Căutai ceva ce nu ai pierdut niciodată. Întregul efort era absurd. Dar acest lucru se întâmplă doar când ai atins; toţi cei care s-au realizat spun că este foarte simplu. Însă cei care nu au atins-o spun că este cel mai dificil lucru din lume – şi nu doar dificil, ci chiar imposibil.

Aceste metode sunt relatate de cineva care s-a realizat – ţine minte. Ele vor părea prea simple – şi chiar sunt. Pentru minţile noastre lucrurile aşa de simple nu sunt prea atrăgătoare – deoarece asemenea tehnici simple te vor face să pari caraghios în ochii tăi. Însă de ce nu te poţi realiza? Decât să simţi ridiculizarea propriului ego, preferi să gândeşti că astfel de metode simple nu sunt de niciun ajutor.

Aceasta este o decepţie. Mintea îţi va spune că asemenea tehnici simple nu te vor ajuta la nimic – sunt prea copilăreşti. Cum se pot folosi astfel de tehnici pentru a se atinge existenţa divină, absolutul? Cum ar putea fi de ajutor? Ego-ul este cel care te influenţează.

Ţine minte un alt lucru: ego-ul este întotdeauna interesat de ceea ce este dificil, deoarece aceasta reprezintă o întrecere, iar dacă va învinge el va simţi satisfacţie. Ego-ul nu este niciodată atras de ceva simplu – niciodată! Dacă vrei să îl pui la încercare, atunci dă-i să rezolve ceva dificil. Când te implici în ceva simplu, atunci nu mai există niciun fel de atracţie, deoarece chiar dacă obţii ceva, ego-ul nu va fi mulţumit. Ego-ul cere doar ceea ce este dificil – nişte vârfuri de cucerit, nişte garduri de sărit. Şi cu cât vârful va fi mai înalt, cu atât mai mulţumit şi liniştit se va simţi ego-ul.

Datorită faptului că aceste tehnici sunt foarte simple, ele nu vor prezenta niciun fel de atracţie pentru mintea ta.

Ţine minte: ceea ce este atrăgător pentru ego nu va ajuta la creşterea spirituală. Doar ceea ce nu este atrăgător pentru ego poate fi de ajutor pentru transformare. Dar se întâmplă altceva: dacă un învăţător îţi sugerează să practici tehnici dificile şi după câteva vieţi vei ajunge să ai o străfulgerare, atunci ego-ul se va simţi foarte mulţumit.

Tehnicile pe care le discutăm sunt atât de simple încât este posibilă transformarea chiar în această clipă – aici şi acum! Însă pentru aceasta nu trebuie să mai păstrezi vreun contact cu ego-ul. Îţi spun: chiar în acest moment poţi deveni un Buddha sau un Hristos sau un Krishna – dar atunci nu mai trebuie să ai niciun contact cu ego-ul. Însă îmi vei spune: „Aşa ceva nu este posibil. Trebuie să merg în altă parte să caut”.

Când spun că aceste tehnici sunt simple, mă refer la trei lucruri: primul, explozia spirituală nu este cauzată de nimic – nu este condiţionată de nimic. Dacă era generată de ceva anume, atunci ar fi fost nevoie de timp, deoarece timpul este necesar pentru apariţia unui efect. Iar dacă era nevoie de timp nu se mai putea întâmpla în acest moment. Atunci ar fi trebuit să aştepţi ziua de mâine. Momentul următor va fi necesar. Cauzei trebuie să îi urmeze un efect. Timpul este o necesitate. Dar fenomenul spiritual nu are nevoie de timp. Te afli deja în acea stare; este nevoie doar de amintire. Acesta nu are nimic de a face cu cauzalitatea.

De exemplu, dimineaţa când cineva te trezeşte brusc, nu eşti capabil să îţi dai seama unde te afli. Pentru un moment, poate că nici nu vei recunoaşte cine eşti. Dar acest lucru nu durează. Cu cât devii mai atent, cu atât vei recunoaşte mai repede locul unde te afli, cine eşti şi ce s-a întâmplat. Aceasta este doar o chestiune de atenţie.

Toate aceste tehnici pe care le discutăm sunt preocupate de atenţie. Tu eşti deja ceea ce doreşti să fii, te afli deja acolo unde vrei să ajungi, eşti deja acasă. De fapt, nici nu ai plecat. Doar ai adormit şi ai început să visezi. În vis poţi ajunge oriunde – în rai sau în iad, oriunde.

Ai observat că, ori de câte ori te afli în vis, un lucru este sigur? – faptul că nu te afli niciodată în camera unde

ai adormit. Ai observat? Poţi fi oriunde, dar nu te vei afla niciodată în aceeaşi cameră, în acelaşi pat în care dormi. Datorită faptului că te afli deja acolo, nu mai este nevoie să visezi că te afli acolo. Visul înseamnă să călătoreşti.

Poţi dormi aici, dar nu vei visa niciodată această încăpere. Nu este nevoie, tu te afli deja aici. Mintea doreşte ceva ce nu se află în prezent. Poate pleca la Londra, New York, în Calcutla, în Himalaya, în Tibet, oriunde. Niciodată nu se va afla aici şi acum. Iar tu eşti aici.

La fel se întâmplă şi în cazul nostru. Tu visezi. Existenţa ta divină este aici şi acum; tu eşti aceasta. Dar ai călătorit mult… Şi fiecare vis creează o altă secvenţă de vis. Fiecare vis creează alte vise, vise noi, iar tu continui să visezi şi să visezi…

Tehnicile pe care le discutăm sunt pentru a te scoate din vise şi a te reîntoarce acolo unde ai fost dintotdeauna, în starea pe care nu ai pierdut-o niciodată. Şi nu o poţi pierde, este chiar natura ta este *swabhav*. Este chiar fiinţa ta, deci cum ai putea să o pierzi? Aceste tehnici sunt doar pentru a-ţi ajuta atenţia să crească, să devină mai intensă. Odată cu intensitatea conştientizării totul se schimbă. Cu cât aceasta este mai intensă, cu atât este mai mică posibilitatea de a cădea în visare; tu devii din ce în ce mai atent la real. Cu cât este mai puţin intensă, cu atât te afunzi mai mult în visare. Fenomenul real este următorul: lumea este starea non-atentă a minţii, iar nirvāṇa este starea atentă a minţii. Non-atent – eşti ceea ce pari a fi. Atent – eşti ceea ce eşti cu adevărat.

Aşa că întreaga problemă este cum să schimbi starea non-atentă a minţii tale, într-o stare de atenţie; cum să devii mai conştient, cum să ieşi din somn, din vis. De aceea, tehnicile pot fi de ajutor. Chiar şi un ceas deşteptător te poate ajuta – doar un mecanism artificial. Alarma unui ceas te scoală din vis.

Însă te poţi amăgi: poţi chiar visa că te scoli şi atunci totul devine fals. Când alarma sună, chiar şi în jurul acestui fapt real poţi crea un vis: visezi că intri într-un

templu în care bat clopotele. Astfel păcăleşti realitatea. Alarma ar fi putut întrerupe somnul, însă tu eşti cel care nu ai lăsat-o şi ai înglobal-o în visul tău.

Şi dacă o faci parte din visul tău, dacă este absorbită în procesul visării, ea nu te mai poate ajuta. Poţi dormi şi visa orice. Atunci alarma devine ireală.

Într-un fel, aceste tehnici sunt toate artificiale. Ele sunt doar nişte mecanisme care te pot trezi din vis. Dar dacă le integrezi viselor tale, atunci pierzi totul.

Pierzi esenţa! Încearcă să înţelegi acest lucru, deoarece este ceva fundamental. Şi odată înţeles te poate ajuta; altminteri vei continua să te amăgeşti.

De exemplu, spun: „Intră în rândul sannyasinilor”. Acesta este doar un mecanism. Identitatea ta veche este distrusă; numele tău va părea că aparţine altcuiva. Atunci îţi vei putea privi trecutul mai detaşat. Poţi fi un martor.

Acolo se creează o distanţă. Însă eu îţi ofer o robă şi un nume nou doar pentru a crea această distanţă. Dar dacă o incluzi în visul tău, atunci vei pierde esenţa. Te vei amăgi şi vei gândi în aceiaşi termeni ca şi înainte: „*Eu* am intrat în rândul sannyasinilor”. Eul rămâne acelaşi. Un astfel de sannyasin este doar ceva adăugat vechiului om. Nu este ceva discontinuu, ci continuu. Dacă acelaşi *tu* a devenit sannyasin, atunci ai pierdut esenţa.

Tu trebuie să fii mort, acum nu mai trebuie să fii acelaşi om vechi. Simte că vechiul a murit, că eşti o fiinţă nouă pe care nu ai cunoscut-o niciodată – că aceasta nu este o dezvoltare a vechiului om. Este o discontinuitate a vechiului; atunci mecanismul a fost de ajutor. Atunci alarma a funcţionat şi tehnica a fost de ajutor. Toate aceste tehnici sunt astfel construite încât să te ajute, dar poţi şi pierde; depinde de tine. Ţine minte că tehnicile sunt doar nişte tehnici. Dacă înţelegi, poţi deveni atent fără ajutorul nici unei tehnici.

De exemplu, soneria ceasului poate să nu fie necesară. Pătrunde în profunzime. De ce ai nevoie de un ceas deşteptător? Tu ştii că dacă vrei să te trezeşti la o anumită oră, te vei trezi. Dar odată cu introducerea

ceasului în acţiunea trezirii înlături responsabilitatea. Acum nu tu vei fi responsabil. Dacă ceva nu este în regulă ceasul va fi de vină. Vei putea dormi liniştit în continuare.

Dacă vrei cu adevărat să te trezeşti la ora trei dimineaţa, atunci o vei face. Nu ai nevoie de niciun ceas. Intensitatea dorinţei de a te trezi la acea oră va produce trezirea. Şi o voinţă puternică te poate ţine treaz toată noaptea.

Însă pentru a dormi fără griji ai nevoie de ceas. Atunci vei putea dormi – dar te poţi amăgi. Când începe să sune alarma, poţi începe să visezi despre ea.

Aceste tehnici sunt de ajutor doar datorită faptului că intensitatea aspiraţiei tale este scăzută. Dacă ai o aspiraţie cu adevărat intensă, nu ai nevoie de nicio tehnică; poţi fi atent, alert. Dar nu se întâmplă aşa. Chiar şi când practici o tehnică poţi începe să visezi – sunt multe posibilităţi. Prima este aceea că vei începe să crezi că astfel de tehnici simple nu sunt de ajutor.

Acesta este primul lucru – iar atunci numai există niciun contact cu ele. În al doilea rând, poţi crede că este nevoie de un proces îndelungat în care efectele, vor apărea treptat. Însă sunt anumite fenomene care apar doar spontan şi niciodată treptat.

Îmi aduc aminte că Mulla Nasruddin a fost rugat să îşi dea binecuvântarea la ziua de naştere a fiului vecinului său. A ajuns acolo şi a spus: „Fiule sper să trăieşti 120 de ani şi trei luni”.

Toţi au rămas miraţi, iar băiatul a întrebat: „Dar de ce? Înţelegeam dacă îmi urai să trăiesc 120 de ani. Dar de ce mai adaugi trei luni?”

„Nu vreau să mori aşa brusc. Să trăieşti doar 120 de ani şi pe urmă să mori brusc? Nu îmi place ideea să mori subit; de aceea am adăugat şi trei luni” – a răspuns Mulla.

Dar chiar şi cu aceste cuvinte „trei luni în plus” tot brusc vei muri. Când este să mori, o vei face brusc. Oricine moare subit. Nimeni nu poate muri treptat, deoarece nu poţi fi decât viu sau mort. Nu este un proces gradat. Într-un moment eşti viu, iar în următorul moment ai murit.

Moartea este întotdeauna subită, ea nu există ca proces temporal.

Samādhi, explozia sublimă spirituală este subită. Este la fel ca moartea. Seamănă mai mult cu moartea decât cu viaţa. Se poate produce în orice moment. Dacă eşti pregătit, aceste tehnici sunt de ajutor. Ele de fapt, te vor crea pe tine, te vor scoate la suprafaţă, te vor pregăti pentru acea explozie bruscă. Ţine minte acest lucru: ele te pregătesc pentru acel samādhi brusc.

Aceste tehnici nu produc samadhi-ul, ci doar te pregătesc pentru momentul în care acesta se va produce. Aşa că depinde de tine cum foloseşti aceste tehnici. Să nu te gândeşti că pentru acesta este necesar un proces îndelungat. Mintea îţi spune că este nevoie de un proces îndelungat doar pentru ca tu să poţi amâna. Vei spune: „Mâine sau poimâine o voi încerca”. Astfel nu faci altceva decât să amâni la infinit. Problema nu este când o faci, ci că nu o faci astăzi. Mâine va fi tot un astăzi şi aceeaşi minte va spune: „Ok, mâine o voi practica”.

Şi niciodată nu o amâni pentru perioade foarte mari de timp. O faci doar de pe o zi pe alta, altminteri nu vei putea să te păcăleşti cu amânarea. Vei spune: „Este vorba doar de o zi. Astăzi nu am timp; mâine însă o voi încerca”. Iar intervalul este atât de mic încât nu vei simţi niciodată faptul că o amâni la infinit.

„Mâine” nu va veni niciodată; „astăzi”-ul este întotdeauna aici. Iar această minte care gândeşte în termeni de viitor, va gândi întotdeauna astfel. Ziua de mâine nu a existat, nu există şi nu va exista niciodată. Tot ce deţii se află chiar în acest moment, deci, nu amâna.

64. La începutul strănutului, în timpul fricii, în anxietate, în apropierea unei prăpăstii sau într-o luptă, atunci când eşti extrem de curios, la începutul senzaţiei de foame şi la sfârşitul ei, fii conştient fără întrerupere.

Pare atât de simplu: *la începutul strănutului, în timpul fricii, în anxietate, în apropierea unei prăpăstii sau într-o luptă, atunci când eşti extrem de curios, la începutul senzaţiei de foame şi la sfârşitul ei, fii conştient fără*

întrerupere. Trebuie înţelese multe lucruri. Acţiuni foarte simple, precum strănutatul, pot fi folosite ca mecanisme, deoarece oricât de simple ar părea, acestea sunt complexe, iar mecanismul interior este un lucru foarte delicat. Ori de câte ori simţi că îţi vine să strănuţi devino atent şi el poate să nu mai apară deloc. Este un lucru involuntar – inconştient.

Nu poţi strănuta în mod voluntar; nu poţi să vrei să strănuţi. Cum ai putea? Cât de neajutorat este omul! Nu poţi dori să strănuţi. Oricât ai încerca, nu îl poţi crea. O senzaţie atât de nesemnificativă şi, totuşi, nu o poţi crea. Este ceva involuntar, voinţa nu este necesară. Strănutul nu apare datorită minţii tale, ci datorită întregului tău organism.

Al doilea lucru este următorul: când devii atent că apare strănutul, acesta poate să nu mai apară, deoarece tu aduci ceva nou procesului – atenţia. Este posibil să dispară, dar devii conştient de faptul că acolo există un al treilea lucru. Primul este faptul că strănutul este involuntar. Al doilea îl aduci tu: atenţia. În momentul în care devii atent, acesta poate să apară sau poate să nu mai apară – acest lucru nu este important. Dar energia care urma să fie eliberată prin strănut, unde se va duce? În atenţie. Acesta este al treilea lucru care se întâmplă: devii mai atent. Acolo se produce un flash, o străfulgerare. Energia care urma să fie consumată prin strănut va fi canalizată în atenţie.

În acea străfulgerare este posibilă chiar şi iluminarea. De aceea spun că aceste tehnici sunt atât de simple încât par absurde. Se pare că ele promit prea mult. Cum te poţi ilumina doar printr-un strănut? Însă acesta nu este doar un strănut; tu eşti total în el. Orice ai face sau orice ţi se întâmplă, tu eşti total implicat în el, cu întregul corp, cu toată mintea ta. Nu doar nasul este cel care este implicat, ci fiecare fibră a ta, fiecare celulă a trupului tău.

O tremurare subtilă, o unduire subtilă străpunge întregul corp şi prin aceasta întregul trup devine concentrat. Iar după ce strănutul s-a produs, trupul se

relaxează. Însă este dificil să îndrepţi atenţia spre el.

La începutul strănutului... pentru că dacă a început nu se mai poate face nimic. Săgeata a plecat; nu mai poţi schimba nimic acum. Mecanismul a pornit. Energia este pe cale de a fi eliberată, nu mai poate fi oprită. Te poţi opri în mijlocul unui strănut? Cum ai putea? Până te pregăteşti, acesta deja s-a consumat.

Devino alert chiar la începutul său. În momentul în care simţi că apare.

*

devino atent. Închide ochii şi meditează. Îndreaptă-ţi întreaga conştiinţă în locul de unde simţi că apare. Rămâi atent la începutul său. Strănutul va dispărea şi energia va fi transformată în mai multă atenţie. Şi deoarece în strănut este implicat întregul corp, atunci acolo nu va mai exista niciun fel de minte, niciun gând, nicio meditaţie.

În timpul strănutului, gândirea se opreşte. Acesta este motivul pentru care există atât de mulţi oameni cărora le place să prizeze. Printr-o asemenea acţiune se simt uşuraţi, mintea se relaxează. Acţiunea de a străn uta sau de a priza le dă o străfulgerare a non-gândirii.

Dacă devii obişnuit să prizezi, îţi va fi dificil să renunţi. Este un obicei mult mai dependent decât fumatul. Prizatul devine o acţiune inconştientă, pe când fumatul este cât de cât o acţiune conştientă. Iar fumatului i se poate găsi un înlocuitor – însă pentru prizat nu există niciun fel de substituent.

Singurul lucru cu care poate fi comparat este actul sexual. Unii cercetători asemuiesc strănutul cu actul sexual – oricum, există o foarte mică similaritate. Nu este sută la sută aşa, deoarece în sex sunt implicate mult mai multe lucruri. Dar la început, doar la început, există o similitudine.

Prin strănut eliberezi o energie, după care te simţi uşurat. Acelaşi efect producându-se şi prin actul sexual. Ambele sunt involuntare. Nu poţi pătrunde în actul sexual prin voinţă. Dacă încerci, vei da greş – asta în special la bărbaţi, deoarece organul sexual masculin este activ. Nu

poţi să impui dorinţa sexuală, iar cu cât încerci mai mult, cu atât îţi va fi mai imposibil. El apare singur, dar nu tu eşti cel care îl poţi forţa să apară. Din acest motiv, actul sexual a devenit o problemă în Occident. În ultima jumătate de secol cercetarea în domeniul sexologie a luat amploare, fiecare doreşte să domine, să deţină controlul în actul sexual, astfel încât acesta devine din ce în ce mai puţin posibil.

Prin atenţie, dorinţa sexuală nu poate apărea. Dacă un bărbat va urmări să fie conştient în timp ce face dragoste, îi va fi dificil să păstreze erecţia. Aceasta nu poate fi impusă şi voită, iar dacă încerci, o vei pierde. Aceeaşi tehnică poate fi folosită şi în privinţa actului sexual. Doar la început, când simţi că apare senzaţia, dar când erecţia încă nu s-a produs, doar simte vibraţia şi devino atent. Vibraţia se va pierde şi energia se va îndrepta spre conştientizare.

Tantra a folosit acest procedeu în multe moduri. Discipolul stă în faţa unei femei frumoase, dezbrăcate şi meditează asupra formelor ei, dar face aceasta doar pentru a ajuta apariţia dorinţei sexuale. În momentul în care apare dorinţa, atunci el va închide ochii. Va uita de femeie. Va închide ochii şi va fi atent doar la senzaţie. Atunci energia sexuală va fi transformată în atenţie.

I se permite să mediteze asupra unei femei dezbrăcate doar până când apare dorinţa. După care, închide ochii şi îşi îndreaptă atenţia spre dorinţă – la fel ca şi în strănut. Dar de ce anume apare acel flash? Deoarece acolo nu mai există mintea. Dacă eşti atent, atunci mintea dispare şi îţi apare primul satori, prima străfulgerare a ceea ce este samadhi-ul.

Gândul este bariera. Deci, dacă gândurile dispar şi atenţia este prezentă, atunci îţi va apărea străfulgerarea.

Gândurile pot dispărea chiar şi în timpul somnului, când iei vreun drog, în orice situaţie care te face să devii inconştient. Însă problema constă în faptul că acolo nu există atenţia care să te facă conştient de ceea ce se află dincolo de gând. Eu definesc meditaţia ca fiind o stare de

conştiinţă lipsită de gânduri. Poţi să devii lipsit de gânduri şi atunci când eşti inconştient, dar aceasta nu are niciun sens. Şi poţi fi conştient, dar în prezenţa gândurilor.

Uneşte aceste două lucruri – conştiinţa şi non-gândul. Când ele se întâlnesc, se naşte meditaţia. Poţi încerca această tehnică cu orice lucru oricât de neînsemnat ar fi. În existenţă chiar şi un strănut este un fenomen cosmic, în existenţă nimic nu este mare şi nimic nu este mic. Chiar şi un infim atom poate distruge întreaga lume. Chiar şi un strănut, un fenomen atât de infim, te poate transforma.

Aşa că nu privi lucrurile ca fiind mari sau mici. Nu există aşa ceva. Dacă ai o privire pătrunzătoare, atunci vei observa că până şi cele mai nesemnificative lucruri sunt vitale. Între atomi se ascund universuri. Iar între un atom şi un univers nu poţi spune care este mai mare şi care este mai mic. Un atom este în sine un univers. Şi chiar şi cel mai mare univers nu este constituit din altceva decât din atomi.

Deci nu gândi în termeni de mare sau mic. Încearcă. Nu mă întreba: „Ce s-ar putea întâmpla printr-un strănut? Toată viaţa am strănutat şi nu s-a întâmplat nimic”.

La începutul strănutului, în timpul fricii… când îţi este frică, când simţi că apare teama devino conştient şi aceasta dispare. Prin conştientizare, prin atenţie, frica nu poate exista. Cum ar putea să îţi fie frică atunci când eşti atent? Te poţi teme doar atunci când pierzi atenţia. Un laş nu este o persoană fricoasă, ci doar o persoană adormită. Iar un curajos nu este decât o persoană care poate fi atentă în momentele periculoase în care poate apărea frica.

În Japonia, luptătorii îşi antrenează atenţia. Antrenamentul principal îl constituie atenţia, iar celelalte – mânuirea sabiei, arcului şi altele – sunt secundare.

Rinzai, un mare maestru zen, nu a fost niciodată capabil să mânuiască arcul. Săgeata trasă de el nu atingea niciodată ţinta. Şi cu toate acestea era cunoscut ca fiind un mare arcaş. Toţi se întrebau: „Cum este Rinzai considerat ca fiind un mare arcaş, când săgeata sa nu nimereşte

niciodată ţinta?”

Discipolii lui Rinzai răspundeau: „Nu sfârşitul contează, ci începutul. Pe noi nu ne preocupă finalul călătoriei săgeţii, ci începutul. Noi suntem interesaţi de Rinzai. Când săgeata este eliberată din arc, el este atent – asta este tot. Nu rezultatul este important”.

Un arcaş cu adevărat renumit s-a hotărât să se ducă la Rinzai pentru a învăţa să mânuiască arcul mai bine. Cunoscuţii i-au spus: „La cine vrei să te duci? Rinzai nu este un maestru, nu este nici măcar un discipol. Nu nimereşte niciodată ţinta şi tu vrei să te duci să înveţi tocmai de la el?”

Arcaşul le răspundea: „Da, pentru că eu stăpânesc tehnica. Dar în ceea ce priveşte conştiinţa sunt la pământ. Tehnica lui nu este bună deloc, dar în ceea ce priveşte conştiinţa el este cu adevărat un maestru”.

A stat cu Rinzai ani de zile şi în tot acest timp nu a reuşit să greşească ţinta niciodată. Rinzai îi spunea: „Nu este bine. Greşeşti. Din punct de vedere tehnic săgeata pleacă bine – dar tu nu te afli acolo, nu eşti atent. Mânuieşti arcul dormind.

În Japonia, luptătorii se antrenează asupra atenţiei şi apoi asupra tehnicii. Un luptător este cu adevărat curajos dacă poate fi atent. Acest lucru a fost observat foarte bine în cel de-al doilea război mondial: curajul luptătorilor japonezi era incomparabil. De unde acest curaj? Fizic, ei nu sunt atât de puternici, dar în conştiinţa lor, în atenţie nu poate pătrunde frica.

Această sutra spune: *la începutul strănutului, în timpul fricii, în anxietate*... Când te simţi îngrijorat sau tulburat, încearcă. Ce este de făcut?

Ce faci în mod normal atunci când eşti neliniştit? Încerci să rezolvi problema care îţi produce acea tulburare. Încerci tot felul de alternative şi pătrunzi din ce în ce mai mult în ea. Însă nu vei face altceva decât să dezvolţi neliniştea, deoarece aceasta nu se poate dizolva prin gândire. Gândirea însuşi este şi ea tot o tulburare. Această tehnică îţi spune să nu faci nimic în privinţa

anxietăţii. Doar fii atent, alert. Doar fii atent!

O să spun o anecdotă veche despre un alt maestru zen, Bokuju. El trăia singur într-o peşteră, dar de multe ori începea să strige: „Bokuju. Da, sunt aici”. Şi era singur acolo.

Discipolii obişnuiau să îl întrebe: „De ce îţi strigi numele şi apoi spui că te afli acolo?”

Bokuju le răspundea: „Ori de câte ori pătrund în gândire trebuie să îmi amintesc că trebuie să fiu atent şi de aceea îmi strig numele. Iar în momentul în care răspund: «Da, sunt aici» – gândurile, neliniştea, anxietatea dispar toate.

În ultimii doi-trei ani de zile ale vieţii nu a mai strigat nimic.

Discipolii l-au întrebat: „Maestre, de ce acum nu te mai strigi pe nume?” A răspuns: „Da’ pentru că acum Bokuju se află *întotdeauna* acolo şi nu mai este nevoie. Înainte îl mai pierdeam. Uneori, anxietatea mă cotropea, mă învăluia şi Bokuju era luat de valuri. De aceea trebuia să îmi amintesc mereu de mine”.

V /V

Încearcă. Este minunat. Încearcă cu propriul tău nume. Când simţi o profundă nelinişte, strigă-te pe nume – propriul tău nume – şi apoi răspunde-ţi: „Da, sunt aici” – şi observă diferenţa. Neliniştea nu va mai fi niciodată acolo. Cel puţin pentru un moment vei avea o licărire a ceea ce este dincolo de nori, iar această licărire poate fi prelungită. În momentul în care realizezi faptul că prin atenţie, tulburarea dispare, atunci ajungi la o profundă cunoaştere a propriului sine şi a mecanismului de lucru interior.

…În a*propierea une*i *prăpăstii sau într-o luptă, at*un*ci cân*d *eşt*i *extrem de* c*uri*o*s, la* î*nc*e*putul senzaţiei de* f*oam*e *şi* l*a* s*fârşitul ei, îl* c*onştient fără într*e*rupere.*

Poţi folosi orice. Foamea apare, devino atent. Ce faci când simţi foamea? Ce se întâmplă în acest fenomen? Pe aceasta nu o simţi niciodată ca pe un fenomen care îţi apare ţie, ci tu devii foamea. Simţi: „Îmi este foame”

Adevărata senzaţie este: „Eu sunt foamea” – însă tu nu eşti foamea; tu doar eşti conştient de ea. Este ceva care se produce la suprafaţă. Tu eşti centrul, tu devii conştient de ea. Este un obiect. Tu rămâi întotdeauna subiectul, martorul. Tu nu eşti foamea, ea doar îţi apare ţie. Tu ai fost înainte de apariţia ei şi vei continua să fii şi după dispariţia ei. Foamea este accidentală, doar ţi se întâmplă ţie.

Devino atent şi nu te identifica cu ea. Când apare, devino atent, întâlneşte-o, priveşte-o. Ce se va întâmpla? Cu cât devii mai atent, cu atât mai îndepărtată o vei simţi; cu cât eşti mai puţin atent, cu atât mai identificat vei fi. Iar când îţi pierzi orice brumă de atenţie vei deveni foamea. Atenţia o dispersează. Foamea este un obiect, iar tu eşti un subiect, un observator.

Postul a fost folosit tocmai pentru acest lucru. Postul în sine nu are prea mare importanţă. Dacă nu îl foloseşti pentru această tehnică, atunci se poate spune că este inutil. Mahāvīra l-a folosit pentru această tehnică.

În mod normal, noi ne îndopăm cu mâncare înainte de a simţi foamea, în lumea modernă nu mai este nevoie să simţi foamea. Ai o oră fixă şi atunci mănânci. Nu te întrebi niciodată dacă corpului îi este foame. Te amăgeşti şi spui: „La ora unu îmi va fi foame”. Dar aceasta poate fi o foame falsă. Însă poţi încerca un truc: spune-i soţiei sau unui prieten ca, într-o zi să dea ceasul cu o oră înapoi sau înainte, şi observă dacă simţi foamea. Poate că este doar ceva artificial.

Când posteşti, în primele două trei zile vei simţi o foame falsă. Doar după cea de-a treia sau a patra zi va fi simţită o foame reală; atunci corpul va cere şi nu mintea. Când cere mintea, foamea este falsă; când o cere trupul este reală. Iar atunci când apare o foame reală şi tu eşti atent, vei observa că eşti diferit de corpul tău. Foamea este un fenomen corporal. Odată ce poţi simţi că foamea este diferită de tine şi că tu eşti un observator al ei, atunci ai transcens corpul.

Acestea sunt doar nişte exemple. Tehnica poate fi

folosită în multe moduri. Dar important este faptul să rămâi la un singur fenomen şi să îl practici cel puţin timp de trei luni. După acest interval vei putea să nu te mai identifici cu trupul. Nu schimba în fiecare zi tehnica, deoarece este necesară o aprofundare a practicii – iar acest lucru este valabil la orice tehnică.

Alege-o, dar practic-o timp de trei luni. Cooperează cu ea şi ţine minte că trebuie să fii conştient la începutul senzaţiei. La mijlocul unei senzaţii îţi va fi dificil să fii conştient, datorită faptului că odată ce este simţită identitatea cu senzaţia, nu o mai poţi schimba. Atunci te mai poţi păcăli mental.

Poţi spune: „Nu, eu nu sunt foamea, ci sunt un martor”. Dar este fals. Aceasta este doar o vorbărie a minţii, nu este o experienţă palpabilă. Doar încearcă să fii conştient la început şi, ţine minte, nu trebuie să spui: „Eu nu sunt foamea”. Acesta este modul în care te păcăleşte mintea. Te poţi amăgi: „Foamea există, dar eu nu sunt foamea. Eu nu sunt trupul, ci Brahman”. Nu trebuie să spui nimic. Orice vei spune va fi fals, deoarece tu eşti fals.

Această repetare – „Eu nu sunt corpul” – nu te va ajuta la nimic. O spui tocmai datorită faptului că „ştii” că eşti corp. Dacă ai cunoaşte cu adevărat faptul că nu eşti trupul, atunci ce rost ar mai avea să spui: „Eu nu sunt corpul”. Este o prostie. Fii conştient şi sentimentul de acorporalitate va apărea. Iar acesta nu va fi un gând, ci un sentiment. Nu o vei simţi doar în cap, ci în toată fiinţa ta. Vei simţi o distanţă – corpul este undeva departe şi „Eu sunt absolut diferit de el”. Şi nu există nicio posibilitate ca acestea să se amestece. Nu o poţi face. Trupul este trup, iar tu eşti conştiinţă. Pot trăi împreună, dar nu se amestecă niciodată. Nu pot fi.

65. Puritatea altor învăţături este pentru noi o impuritate. În *realitate nu percepe nimic ca fiind pur sau impur*.

Acesta este unul dintre mesajele tantrice cele mai fundamentale. Este dificil de înţeles, deoarece este non-etic, non-moral. Nu voi spune că este imoral, deoarece

tantra nu se preocupă de moralitate sau imoralitate. Acest mesaj este pentru a te ajuta să treci dincolo de puritate şi impuritate, dincolo de diviziune, de dualitate, de dihotomie. Tantra spune că Existenţa este non – dual şi că toate distincţiile sunt creaţia omului – ţine minte, toate distincţiile. Bine-rău, pur-impur, moral-imoral, virtute-păcat – toate aceste concepte sunt create de om. Sunt nişte atitudini ale omului: nu sunt reale. Ce este impur şi ce este pur? Depinde de interpretare. Ce este moral şi ce este imoral? Depinde de tine.

Nietzsche a spus că orice moralitate este o interpretare. Ceea ce este moral în această ţară, poate fi imoral în ţara vecină; ce este imoral pentru un musulman poate fi moral pentru un hindus. Sau, ceva care este imoral pentru generaţia bătrână este moral pentru tânăra generaţie. Toate sunt nişte atitudini. Sunt doar nişte ficţiuni. Un fapt este doar un fapt, nici moral şi nici imoral, nici pur şi nici impur.

Imaginează-ţi Pământul fără fiinţele umane. Atunci ce va fi pur şi ce va fi impur? Totul doar va exista – doar va fiinţa. Nimic nu va fi bun şi nimic rău, nimic moral sau imoral. Odată cu omul îşi face apariţia şi mintea: Ea este cea care divide: „Acest lucru este bun şi celălalt este rău”. Iar această distincţie nu creează diviziune doar în lumea exterioară, ci şi în lumea interioară. Dacă divizi, atunci şi tu eşti fragmentat şi nu vei putea transcende divizarea interioară până când nu o transcenzi pe cea exterioară. Ceea ce faci lumii, îţi faci şi ţie.

Naropa, unul dintre marii maeştri ai lumii, spune: „O divizare cât de mică dacă există, raiul şi iadul vor fi create instantaneu” – o divizare cât de mică! Dar noi continuăm să dividem, să etichetăm, să condamnăm, să justificăm. Priveşte doar la faptul existenţial şi nu îl eticheta. Doar atunci vor putea fi înţelese învăţăturile tantrice. Nu spune că ceva este bun sau rău: nu implica mintea. În momentul în care o faci, deja ai creat o ficţiune. Acela nu mai este un fapt, nu mai este o realitate: este proiecţia ta. Această sutra se une: *Puritatea altor învăţături este pentru noi o*

impuritate. În realitate nu percepe nimic ca fiind pur sau impur.

Puritatea altor învăţături este pentru noi o impuritate – tantra spune: „Ce este pur – o virtute – pentru alte învăţături, este un păcat pentru noi, deoarece chiar conceptul de puritate al învăţăturilor este cel care divide. Ele sunt cele care creează impuritatea.

Dacă pe un om îl consideri sfânt, deja ai creat şi păcătosul. Acum va trebui să condamni pe altcineva, deoarece sfântul nu poate exista fără păcătos. Şi priveşte la absurditatea eforturilor noastre: încercăm să îi distrugem pe cei păcătoşi şi dorim o lume în care să trăiască doar sfinţi. Este un non-sens, deoarece nu pot exista unii fără alţii. Sunt două aspecte ale aceleiaşi monezi. Nu poţi distruge un aspect al monezii. Dacă îi distrugi pe păcătoşi, atunci şi sfinţii vor dispărea. Dar nu-ţi fie teamă, lasă-i să dispară, deoarece până acum nu s-au dovedit de nicio valoare şi de niciun ajutor.

Sfinţii şi păcătoşii… sunt ambii partea unei anumite interpretări, a unei atitudini lumeşti în care cineva afirmă: „Aceasta este bine şi aceea este rea”. Şi nici nu poţi spune că ceva este bun, până când nu spui şi că altceva este rău. Răul este necesar pentru a defini binele. Deci, binele depinde de rău, virtutea de păcat, într-un fel, sfinţii trebuie să le fie recunoscători păcătoşilor, deoarece nu pot exista fără aceştia. Păcătoşii nu pot dispărea din lume decât odată cu sfinţii – nu înainte. Iar acolo unde nu va exista conceptul de virtute, nu va exista nici conceptul de păcat.

Tantra spune că faptul este real, iar interpretarea este falsă. Nu interpreta. În realitate nu percepe nimic ca fiind pur sau impur De ce? Deoarece puritatea şi impuritatea sunt atitudinile noastre impuse asupra realităţii. Practică tehnica. Este dificilă, să nu crezi că este facilă. Noi suntem atât de mult orientaţi spre gândire, suntem atât de înrădăcinaţi în ea, încât nici nu mai putem deveni conştienţi de condamnările şi justificările noastre. De exemplu, dacă cineva începe să fumeze aici în sală, poate că în mod conştient nu simţi nimic faţă de acel om,

dar în adâncul tău deja l-ai condamnat. Poţi condamna chiar şi din priviri.

Este dificil de înţeles, deoarece acest obicei s-a înrădăcinat adânc în interiorul tău. Tu – doar prin gesturi, prin poziţia pe care o afişezi – continui să condamni, să justifici, fără să fii conştient de ceea ce faci. Când zâmbeşti sau doar priveşti pe cineva, ce faci? Îţi impui atitudinile. Admiri ceva ca fiind frumos şi imediat vei considera altceva ca fiind urât.

Iar această atitudine dual㠠te divide şi pe tine, deci, înăuntrul tău vor exista două persoane.

Dacă consideri furia ca fiind ceva rău, atunci ce vei face atunci când te vei înfuria? Vei începe să te divizi – în interior vor exista două persoane: una sfântă, cealaltă păcătoasă. Şi bineînţeles că vei începe să te identifici cu persoana sfântă. Astfel ia naştere un conflict interior datorită căruia nu vei mai putea fi individual. Nu vei mai avea pace, linişte. Vei simţi doar tensiuni şi suferinţe, fără să ştii de ce le simţi.

O persoană divizată nu poate avea linişte. Cum ar putea? Atunci ce vei face cu diavolul din tine? Vei încerca să îl distrugi, iar el *eşti* tu. Realitatea este una, însă datorită atitudinii tale de divizare ai fragmentat realitatea exterioară. Acum interiorul este şi el divizat. Fiecare om duce o aprigă luptă cu sine însuşi. Este ca şi cum ai încerca să învrăjbeşti mâna stângă împotriva celei drepte. Energia este una singură, iar tu exişti în fiecare mână. Însă te poţi avânta la un asemenea conflict absurd. Uneori te poţi amăgi cu faptul că una dintre mâini a câştigat lupta. Tu eşti un întreg.

Aşa că, oricât de mult ai dori să îl distrugi pe păcătosul din tine şi să îl ridici în slăvi pe sfânt, află că oricând le poţi inversa rolurile. Acest lucru creează frică, insecuritate: deoarece ştii că acum nimic nu mai este sigur. În momentul prezent eşti iubitor, dar te temi de următorul moment care va veni, deoarece ştii că poţi deveni plin de furie – de ura şi furia care le-ai suprimat şi care pot erupe în orice clipă.

Tantra spune să nu divizi şi doar atunci vei fi cu adevărat victorios. Cum să fii nedivizat? Nu condamna, nu categorisi ceva ca fiind bun şi altceva fiind rău. Renunţă la toate conceptele de puritate şi impuritate. Priveşte lumea, dar nu spune cum este sau ce este ea. Fii conştient că încă eşti ignorant, nu te crede prea înţelept. Nu eticheta, rămâi tăcut fără să condamni, fără să justifici. Dacă poţi rămâne tăcut faţă de lume, această tăcere va penetra în interior. Iar dacă în exterior nu există divizare, aceasta va dispărea şi din conştiinţa interioară, deoarece ambele pot exista doar împreună.

Dar aşa ceva este periculos pentru societate. De aceea, tantra a fost aproape întotdeauna interzisă. Este periculoasă! Nimic nu este imoral, nimic nu este moral; nimic nu este pur şi nimic nu este impur. Lucrurile sunt aşa cum sunt. Un adevărat tantric nu va spune că un hoţ este rău, ci va spune că este doar un hoţ şi atât. Iar prin folosirea cuvântului „hoţ” el nu aduce niciun fel de condamnare. Dacă cineva îi va spune: „Iată, acela este un mare sfânt”. El va răspunde: „Ok! El este un sfânt”. Dar în vorbele sale nu există niciun fel de evaluare. El nu vă spun e: „Acest om este bun, iar celălalt este rău” – ci: „Acesta este un sfânt şi acela este un hoţ”. Exact cum un trandafir este un trandafir, un copac este un copac; exact cum cineva este mai înalt, iar altcineva este mai scund, cum noaptea este întunecoasă şi ziua luminoasă – fapte în care nu există niciun fel de comparaţie.

Însă este periculos. Societatea nu poate exista fără condamnare şi apreciere – nu poate exista! Ea există în dualitate. De aceea tantra a fost interzisă. Se credea că este antisocială, dar nu este. Nu este! Această atitudine non-dual ă este transcendentală. Ea nu este împotriva societăţii, ci este dincolo de societate, o depăşeşte.

Încearcă. Mergi prin lume fără să faci niciun fel de evaluări, doar observă faptele aşa cum sunt. Şi apoi, încet-încet, vei simţi cum apare în interior o non-divizare. Polarităţile tale se vor împreună, „binele” şi „răul” se vor contopi, iar tu vei deveni o unitate. Acolo nu va mai exista

nimic e pur şi nimic impur. Atunci cunoşti realitatea.

Puritatea altor învăţături este pentru noi o impuritate – mesajul este următorul: „Ce este important pentru alţii, este o otravă pentru noi”. De exemplu, există învăţături bazate pe non-violenţă. Ele proslăvesc non-violenţa şi condamnă violenţa. Tantra, însă, spune că non-violenţa este non-violenţă, iar violenţa este violenţă; nimic nu este bun şi nimic nu este rău.

Există învăţături bazate pe celibat care spun că sexul este rău, că doar abstinenţa este bună. Tantra nu le divide, nu le condamnă. Cineva este abstinent, altcineva nu este. Sunt doar nişte fapte cărora nu li se ataşează nicio valoare. Tantra acceptă lucrurile aşa cum sunt. De ce? Pentru a crea o unitate în interiorul tău.

Această tehnică creează în tine o existenţă totală, nedivizată, nonconflictuală. Doar atunci este posibilă tăcerea. Cel care încearcă să meargă împotriva curentului nu va fi niciodată liniştit. Cum ar putea? Cum ar putea cel care se luptă cu el însuşi să învingă? Este imposibil. Tu eşti ambii, deci cine va câştiga? Nimeni, doar tu vei pierde, deoarece îţi vei risipi energia într-o luptă fără rost. Această tehnică îţi creează unitatea. Permite-le văilor să dispară; nu judeca.

Iisus spune: „Nu judeca, astfel ca să nu fii judecat”. Pentru evrei însă a fost imposibil să înţeleagă aceasta, deoarece întreaga concepţie evreiască este orientată pe moralitate: „Acest lucru este bun, acela este rău” Iisus, în multe din învăţăturile sale, vorbeşte în termeni tantrici. Motivul pentru care a fost crucificat a fost datorită atitudinii sale tantrice: „Nu judeca”.

Deci nu spune că o prostituată este rea – cine ştie? Şi nu spune că un puritan este bun – cine ştie? Iar în cele din urmă, ambii fac parte din acelaşi joc. Ei se bazează unul pe altul, pe o existenţă reciprocă mutuală. Iisus spune să nu judeci, exact mesajul sutrei pe care o discutăm: „Nu judeca, astfel ca să nu fii judecat”.

Dacă nu judeci, dacă doar observi faptele aşa cum sunt ele, fără să le interpretezi, atunci nu poţi fi judecat.

Eşti complet transformat. Acum nu mai este nevoie ca tu să fii judecat de vreo putere divină – nu este nevoie! Tu ai devenit Divin: tu însuţi ai devenit Dumnezeu. Fii un martor, nu un judecător.

42. ATENŢIA PRIN TANTRA

26. III.1973, Bombay

ÎNTREBĂRI:

1. O viaţă imorală nu creează obstacole în meditaţie?

2. Un tantric obiectează vreodată dacă altcineva urmează legi ale vieţii pe care le numeşte ca fiind morale?

3. Dacă nimic nu este impur, atunci cum este posibil ca învăţătura altora să fie impură?

4. O dorinţă emoţională neexprimată se reîntoarce cumva în sursă şi îl face pe acela să fie plin de energie?

5. Efortul făcut de cineva pentru a evita reprimarea sau indulgenţa nu este cumva o reprimare?

1. Nu este adevărat faptul ca o viaţă imorală creează obstacole în meditaţie?

Ce este meditaţia? Nu este caracterul tău, nu este ceea ce faci. Este ceea ce eşti. Ea nu este caracter, ci este conştiinţa pe care o aduci în orice acţiune.

Acţiunea este irelevantă. Întrebarea este mai ales dacă o faci conştient sau inconştient, decât dacă o faci moral sau imoral. Eşti atent? Dacă da, meditaţia apare. Dacă nu, trăieşti în somn.

Poţi fi moral în timp ce eşti complet adormit, nu este nicio problemă. Este mai bine să urmezi preceptele moralităţii dacă doreşti să ai un somn liniştit, deoarece atunci societatea nu te va deranja deloc. Atunci nimeni nu va fi împotriva ta. Poţi dormi liniştit. Societatea te va ajuta.

Poţi fi moral fără să fii meditativ, dar imoralitatea te va urma întotdeauna ca o umbră. Moralitatea se va afla doar la suprafaţă, va fi doar o faţadă, nu va fi fiinţa ta. În exterior vei deveni mai moral, dar înăuntru vei continua să fii imoral. Iar proporţia este aceeaşi – cu cât eşti mai moral în exterior, cu atât vei fi mai imoral în interior. Nu vei face altceva decât să suprimi. Cât timp eşti adormit nici nu poţi face altceva.

Prin această moralitate vei deveni fals. Nu vei fi o persoană, ci o „persona” – o pseudo-entitate. Explozia este gata oricând să se producă. Iar dacă eşti cu adevărat onest în a fi moral în timp ce dormi, vei înnebuni. Doar o persoană nesinceră poate rămâne morală fără să înnebunească. Aceasta este ipocrizia. Ipocriţii arată că sunt morali, însă găsesc întotdeauna căi prin care să îşi manifeste imoralitatea, iar la suprafaţă să rămână morali.

Doar astfel vei rămâne sănătos: altminteri vei înnebuni.

Această aşa-zisă moralitate îţi oferă doar două alternative. Dacă eşti onest vei înnebuni; dacă nu eşti onest vei deveni ipocrit. Aşa că toţi cei care sunt şmecheri, şireţi, devin ipocriţi; iar cei care sunt simpli şi inocenţi şi care devin victime ale unor asemenea învăţături, înnebunesc.

În timpul somnului nu îţi poate apărea moralitatea reală. Ce înţeleg prin „moralitate reală”? Ceva care este o curgere spontană din fiinţa ta şi nu ceva impus din exterior. Adevărata moralitate nu este opusă imoralităţii; o moralitate reală este doar o absenţă a imoralităţii şi nu ceva opus ei. De exemplu, poţi fi învăţat să îţi iubeşti vecinii, să iubeşti pe oricine, în general să fii iubitor. Aceasta poate deveni o atitudine morală, dar ura va continua să rămână în interior. Tu te forţezi să fii iubitor şi o iubire forţată nu poate fi reală, autentică. Nu te va satisface nici pe tine şi nici pe fiinţa pe care o iubeşti.

Este la fel ca o apă artificială. Nimeni nu îşi poate astâmpăra setea cu ea. În tine există ură şi aceasta încearcă să se impună. Iar o iubire falsă nu o poate împiedica. Mai degrabă ura o va penetra, o va otrăvi, iar iubirea ta va deveni un fel de ură. Este ceva înşelător.

O moralitate reală apare unei persoane care a pătruns adânc în ea însăşi – şi cu cât pătrunzi mai adânc, cu atât vei fi mai iubitor. Dar acest lucru nu este impus asupra urii, nu este antagonistic ei. Cu cât pătrunzi mai în interior, cu atât mai iubitor vei deveni. Nu are nimic de a face cu ura. Iar în momentul în care îţi atingi centrul eşti

iubitor fără nicio impunere morală. Poţi chiar nici să nu fii conştient de faptul că eşti iubitor. Cum ai putea fi? Această iubire va fi naturală, precum respiraţia, va fi ca o umbră care te urmează. Tu vei fi pur şi simplu iubitor.

Tantra te învaţă cum să faci călătoria spre interior. Moralitatea va apărea, dar aceasta va fi o consecinţă, nu o premisă obligatorie. Ţine minte această distincţie. Tantra spune să nu te agăţi de concepte morale sau imorale. Acestea sunt exterioare ţie. Mai bine pătrunde în interior. Aceste tehnici îţi arată cum să pătrunzi în interior. Şi nu fi preocupat de ceea ce este moral sau imoral, pur sau impur: nu le implica în distincţii. Doar pătrunde înăuntru. Uită de lumea exterioară, de societate şi de tot ce te-a învăţat ea. Orice învăţătură a societăţii este dual㠄 este menită să inducă reprimarea şi cu siguranţă te aduce în conflict cu tine însuţi. Iar dacă există conflict, atunci nu poţi pătrunde în interior.

Uită de conflict şi de tot ce îl creează. Doar pătrunde înăuntru. Cu cât pătrunzi mai adânc, cu atât vei deveni mai moral, însă această moralitate nu va fi a societăţii. Vei fi moral fără să fii conştient de acest fapt, deoarece înăuntrul tău nu va exista nimic opus. Vei fi iubitor, deoarece te simţi plin de beatitudine atunci când eşti iubitor. Iubirea este o beatitudine în ea însăşi.

Este fără sfârşit şi nu creează niciun rezultat. Nu este vorba că vei intra în regatul Domnului dacă iubeşti. Nu este un târg. Moralitatea predicată de aşa-zişii învăţători din societate este o afacere, doar o târguială: „Fă acest lucru şi vei obţine acel lucru. Dacă nu îl faci, nu îl obţii. Poţi fi chiar pedepsit”.

Moralitatea tantrică nu este o afacere, ci rezultatul unei atitudini corecte. Cu cât pătrunzi mai adânc, cu atât începi mai mult să trăieşti în moment. Simţi că a iubi este beatitudine. Aceasta însă nu este o condiţie pentru ceva anume; este îndeajuns în ea însăşi. Tu iubeşti pentru că simţi beatitudinea în iubire. Nu faci nimic pentru vecinul tău; nu obligi pe nimeni la nimic. Este o plăcere să fii iubitor. Este bine pentru tine, chiar aici şi acum. Atunci

este creat raiul şi în tine răsare împărăţia Domnului. Iar la fel se întâmplă cu toate virtuţile – înfloresc spontan.

Acum ascultă întrebarea pusă: „Nu este adevărat că o viaţă imorală creează obstacole în meditaţie?” Mai repede contrariul este adevărat. O viaţă meditativă creează obstacole într-o viaţă imorală. Viaţa imorală nu poate crea niciun fel de obstacol. O asemenea trăire arată că nu eşti meditativ – atât şi nimic altceva; eşti profund adormit. De aceea îţi faci rău singur.

Pentru tantra, lucrul fundamental îl reprezintă meditaţia, atenţia, conştientizarea. Nimic altceva nu este mai important. Când cineva este imoral, acest lucru arată că el nu este atent. Imoralitatea este un simptom al faptului că eşti adormit. Ce fac învăţăturile obişnuite? îl îndeamnă pe cel care este adormit să fie moral. El se poate schimba, dar somnul va continua.

Întregul efort este irosit în van, deoarece adevărata boală nu este imoralitatea – aceasta este doar un simptom. Boala este non-meditaţia, nonatenţia. De aceea el este imoral. Îl poţi face să devină moral. Poţi crea frică sau dorinţa de a ajunge în rai, însă toate acestea nu le poţi crea decât în cel care doarme. Dacă nu eşti adormit nu poţi fi ameninţat şi nu vei acţiona pentru un profit anume. Doar într-o minte adormită pot pătrunde.

Creează teama de pedeapsă şi o persoană imorală se va îndrepta imediat spre moralitate – dar o va face de frică. Creează un motiv de profit şi se va îndrepta spre biserică – dar acolo acţionează lăcomia. Acestea nu pot pătrunde decât într-o minte adormită.

Un asemenea om este bun pentru societate. Pentru societate persoanele imorale reprezintă o problemă şi nu cele morale. Societatea îşi rezolvă problemele în legătură cu aceştia, dar ei continuă să rămână adormiţi. Omul în sine nu este transformat, doar devine profitabil pentru societate. Încearcă să observi următorul lucru: un om imoral este un inconvenient pentru societate, dar convenient pentru el însuşi. O persoană morală devine convenienţă pentru societate, dar inconvenientă pentru ea

însăşi.

De aceea persoanele imorale arată mai vesele, mai fericite, iar cele morale sunt întotdeauna triste, posomorâte, grave. Persoana imorală luptă cu societatea, iar cea morală luptă cu ea însăşi.

Cel imoral se teme să nu fie prins, dar se bucură de ceea ce face. Dacă nu este prinsă, atunci totul este în regulă.

Persoana morală luptă cu ea însăşi. Moralitatea este un lubrifiant care te ajută să te mişti mai uşor printre alţii. Însă atunci nu eşti împăcat cu tine însuţi. Această nelinişte va exista în permanenţă, indiferent dacă eşti moral sau imoral. Doar atunci când te trezeşti dispare cu adevărat.

Tantra se ocupă de boala în sine şi nu de simptome. Moralitatea doar înlătură simptomele. Nu te interesa de conceptele morale sau imorale. Însă tantra nu te îndeamnă să fii imoral. Cum ar putea să te îndrepte spre imoralitate, când nu te îndeamnă nici chiar spre moralitate? Ea spune că acestea nu au nicio importanţă; doar găseşte-ţi rădăcina. Tu poţi fi moral sau imoral, dar acesta este doar un simptom. Revino la rădăcină! Iar rădăcina este reprezentată tocmai de somn – dormi buştean.

Cum poţi distruge acest somn? Cum să te poţi trezi fără să mai adormi vreodată? Acestea sunt preocupările sistemului tantric – iar odată ce devii atent; conştient, caracterul tău va fi transformat. Însă aceasta este o consecinţă. Dacă vei fi atent, aceasta se va produce în mod inevitabil, nu trebuie să te preocupi de ea. Doar devino din ce în ce mai atent şi vei fi din ce în ce mai puţin imoral. Iar moralitatea care apare nu este forţată sau impusă. Doar încerci să fii atent şi se va produce.

Cum ar putea un om conştient să fie violent? Cum ar putea simţi ura sau furia? Pare paradoxal, dar aşa este. În schimb, cel care doarme nu poate exista fără ură. Este imposibil. El doar poate pretinde că este milos, bun, simpatic. Toate acestea nu vor fi decât nişte pretenţii. Exact invers se întâmplă cu cel care s-a trezit. Dacă este nevoie de furie, el o poate doar pretinde. Nu poate fi furios

cu adevărat – se poate doar preface! Câteodată este nevoie de furie sau de tristeţe, dar el nu poate decât să se prefacă. Astfel de stări i-au devenit imposibile.

Iubirea este ceva natural pentru el, aşa cum este pentru tine ura. Înainte, iubirea era doar o prefăcătorie. Acum ura nu poate fi decât prefăcătorie. Iisus, atunci când i-a alungat pe comercianţi şi pe cămătari din templu, nu era furios cu adevărat. El nu poate fi cu adevărat furios. Dar se poate folosi de furie – aşa cum te foloseşti tu de iubire.

Foloseşti iubirea pentru anumite scopuri. Iubirea este doar un mijloc prin care poţi obţine ceva, nu este reală. Cu ajutorul ei încerci să obţii bani sau sex, sau doar satisfacerea ego-ului.

Un buddha poate fi furios doar când consideră că este necesar pentru a te ajuta. Numai proştii pot fi păcăliţi de furia unui buddha. Cei care cunosc, doar vor râde. Tantra spune că, pe măsură ce meditaţia se adânceşte, tu începi să te transformi. Şi este un fenomen minunat. Dacă o „faci”, nu va fi ceva profund, deoarece acţiunea este doar ceva de suprafaţă. Tantra spune să îi permiţi să apară din fiinţa ta, din centrul tău.

Las-o să curgă din centru spre periferie; nu o forţa de la periferie spre centru.

Tantra nu consideră nimic moral sau imoral, doar te învaţă să te transformi: eşti adormit? – atunci trezeşte-te. Fii din ce în ce mai atent, oriunde şi oricum ai fi. „Dacă eşti imoral” – spune tantra – „atunci este în regulă. Pe noi nu ne interesează imoralitatea ta, ci cum poate fi transformat somnul tău în atenţie. Nu lupta cu ea. Doar încearcă să te trezeşti”.

Tantra nu îţi impune condiţia că mai întâi trebuie să devii moral şi pe urmă poţi medita. Tot ceea ce îţi cere este să-ţi transformi calitatea conştiinţei. Oricum ai fi – un sfânt sau un păcătos – pentru tantra nu este nicio diferenţă. Dacă eşti adormit, atunci încearcă tehnicile pentru atenţie. Nu încerca să schimbi simptomele. Şi păcătosul, dar şi sfântul este bolnav, deoarece ambii sunt adormiţi.

Orice ai face cât timp eşti adormit, nu vei schimba nimic esenţial. Doar un singur lucru te va transforma şi va crea mutaţia: atenţia. Întrebarea este cum să devii mai atent, mai alert? în orice faci, fii atent. Chiar şi un act imoral, fă-l să devinăun obiect al atenţie. Nu va dura mult şi actul va dispărea. Atunci nu vei mai fi capabil să îl faci – dar nu pentru că ai creat o apărare împotriva lui, ci pentru că acum eşti mai atent. Crezi că vei mai putea înfăptui o acţiune care are ca fundal somnul? Nu.

Înţelege bine distincţia dintre tantra şi alte învăţături. Tantra este mult mai ştiinţifică. Ea pătrunde la rădăcină şi îţi transformă chiar fiinţa – nu cercetează straturile caracterului, ale moralităţii şi imoralităţii, ale faptelor şi acţiunilor. Orice faci se află la periferie, iar ceea ce eşti nu poate exista la periferie. Calitatea actului şi nu actul este important.

Un măcelar venise la Nan Yin, un călugăr budist care credea în non – violenţă. Profesia de măcelar include multă violenţă în ea. L-a întrebat pe Nan Yin: „Ce să fac? în munca mea trebuie să fiu violent. Trebuie oare să renunţ la aceasta pentru a mă transforma sau mai există şi altă cale?”

Nan Yin i-a răspuns: „Pe noi nu ne priveşte ce faci. Ne interesează ce eşti tu. Deci, continuă să acţionezi cum crezi, dar fii mai atent. În timp ce omori animalele fii atent, rămâi meditativ şi continuă-ţi treaba”.

Discipolii săi au început să devină neliniştiţi – cum era posibil ca o persoană care urma învăţăturile lui Buddha să îi permită unui măcelar să continue să omoare? Unul dintre discipoli i-a spus: „Nu este bine ce faci. Noi nu ne-am aşteptat niciodată ca o persoană ca tine să îi permită unui măcelar să continue să măcelărească animale. Trebuia să îi spui să renunţe la meseria sa. Chiar el te-a întrebat dacă să o facă”.

„Îţi poţi schimba foarte uşor profesia; el chiar era pregătit să o facă. Dar în felul acesta nu îi schimbi şi calitatea conştiinţei. Va rămâne în continuare un măcelar” – a răspuns Nan Yin.

Poate că devenea un sfânt, dar calitatea minţii sale va rămâne a unui măcelar. Nu va fi decât o decepţie. Observă-i pe aşa-zişii sfinţi.

Mulţi dintre ei rămân măcelari. Calitatea, atitudinea, chiar privirea acestora este violentă şi condamnatorie. Tu eşti un păcătos, iar ei sunt nişte sfinţi. Doar te vor privi şi deja te vor fi aruncat în iad.

Nan Yin a mai spus: „Decât să îi schimbi viaţa exterioară, mai bine să îi aduci o nouă calitate a minţii. Este mai bine să rămână măcelar, deoarece el este tulburat de violenţa sa. Dacă devine un sfânt, nu va mai fi tulburat de violenţă, dar va rămâne un măcelar. Acum este tulburat de violenţa sa şi cel puţin a devenit conştient de aceasta. Este pregătit să se transforme, însă doar pregătirea nu este îndeajuns. Trebuie dezvoltată o nouă calitate a minţii. Lasă-l să mediteze”.

După ce a trecut un an, măcelarul s-a întors complet transformat. Încă profesa meseria, dar omul era complet diferit. „Acum sunt altul. Am meditat în permanenţă şi întreaga mea viaţă a devenit o meditaţie. Continui să omor animalele în timp ce meditez. Acum ce să mai fac?” – l-a întrebat pe Nan Yin. „Acum nu mai veni la mine. Permite-i conştientizării să îţi creeze un drum. Nu mai ai nevoie să vii la mine.

Măcelarul a zis: „Acum, dacă îmi spui să continui acea profesie, voi pretinde că sunt acolo. Dar în ceea ce priveşte eu nu mă mai aflu acolo. Dacă îmi permiţi, nu voi mai munci ca măcelar. Însă dacă îmi spui să continui, atunci este în regulă. Mă voi preface în continuare şi voi munci la fel ca înainte”.

Asta se întâmplă când calitatea ta se transformă – calitatea conştiinţei tale – devii complet diferit. Iar tantra este interesată de tine, nu de ceea ce faci.

2. Dacă cineva urmează anumite legi ale vieţii pe care le numeşte ca fiind morale, atunci poate exista vreo obiecţie faţă de acest lucru din partea unui tantric?

Tantra nu are niciun fel de obiecţii şi nu aceasta este problema. Tantra nu condamnă nimic, în niciun fel. Ea nu

îţi impune ce să faci. Dacă te simţi bine, dacă te simţi fericit să urmezi anumite principii, atunci urmează-le. Dar urmându-le nu vei ajunge la fericirea adevărată, deoarece nu te vei transforma. Vei rămâne acelaşi.

Principiile şi idealurile sunt întotdeauna împrumutate. Altcineva ţi le-a dat. Ele nu sunt ale tale; acestea nu au crescut prin propria ta experienţă. Ele nu au rădăcini. Societatea, religia în care te-ai născut, învăţătorii, toţi aceştia ţi le impun. Le poţi urma şi te poţi conforma lor, dar atunci vei fi o persoană moartă – nu vie. Poţi crea în jurul tău o anumită pace şi linişte, dar va fi o linişte ca de cimitir – va fi moartă. Vei deveni mai puţin vulnerabil la tulburări, poţi fi mai închis datorită principiilor, însă vei deveni mai puţin sensibil şi viu. Aşa-zişii oameni cu principii sunt întotdeauna morţi.

Priveşte-i: par tăcuţi, liniştiţi, dar sunt învăluiţi de moarte. Nu vei simţi în jurul lor festivitatea de a fi viu, celebrarea.

Nu vei simţi aşa ceva. Au creat în jurul lor o armură – o protecţie. Nimic nu îi poate pătrunde. Zidul principiilor şi caracterelor opreşte tot, astfel însă devin proprii lor prizonieri. Dacă alegi să fii astfel, tantra nu are nicio obiecţie. Poţi alege o viaţă care nu este viaţă.

Odată Mulla Nasruddin a vizitat un cimitir unde a văzut un minunat mausoleu de marmură pe care era scris cuvântul „Rothşchild” Mulla a exclamat: „Aha! Aha! Asta este ceea ce numesc eu o viaţă adevărată! Să poţi avea, în final, un mausoleu ca acesta!” Însă oricât de minunată ar fi, aceea nu este viaţă. Este din marmură – frumos, scump – dar nu are nimic de-a face cu viaţa. Poţi crea un mausoleu din viaţa ta, un mausoleu ridicat din principii, idealuri, impuneri, însă vei fi mort şi mai puţin vulnerabil. Moartea este întotdeauna invulnerabilă.

Moartea este o securitate; viaţa este o nesiguranţă. Unei persoane vii i se poate întâmpla orice; unei persoane moarte nu i se mai poate întâmpla nimic. Se află în siguranţă. Acolo nu există viitor şi nicio posibilitate de transformare. Acum nu se mai poate întâmpla nimic.

Personalităţile cu principii rigide sunt personalităţi moarte. Tantra nu este interesată de ele. Tantra nu are nicio obiecţie – dacă te simţi bine mort aceasta este alegerea ta. Te poţi sinucide, iar aceasta este o sinucidere. Însă tantra este interesată de cei care vor să fie mai vii, iar adevărul nu este moartea, ci viaţa. Ţine minte: finalul nu este moartea. Este viaţa – mai multă viaţă. Iisus a spus: „Viaţă abundentă, viaţă infinită”.

Mort fiind nu poţi atinge niciodată finalul. Dacă finalul este viaţă din abundenţă, atunci nu vei putea intra niciodată în contact cu el. Îl vei dobândi doar fiind mai viu, mai vulnerabil, mai sensibil, mai atent şi cu mai puţine principii. De ce cauţi principii? Poate că nu ai observat de ce anume. Însă îţi spun, deoarece prin acestea nu ai nevoie să fii atent. Nu ai nevoie să fii atent! Dacă trăieşti prin ele nu ai nevoie de atenţie.

Presupune că îmi construiesc un principiu de non-violenţă şi apoi încep să mă agăţ de el. Atunci acesta devine un obicei. Creez un obicei prin care îmi impun să spun mereu adevărul. Acesta devine un obicei mecanic şi nu mai am nevoie să fiu atent. Nu mai pot spune minciuni, deoarece principiul, obiceiul va crea întotdeauna o barieră. Societatea depinde de principii, ea îi educă şi cultivă pe copiii cu principii. Atunci ei devin incapabili să fie altfel. Şi în momentul în care o persoană devine incapabilă, este ca şi moartă.

Adevărul poate fi viu doar dacă izvorăşte din atenţie şi nu printr-un principiu. În fiecare moment trebuie să fii atent pentru a fi adevărat. Adevărul nu este un principiu; el este ceva născut din atenţia ta. Non-violenţa nu este un principiu; dacă eşti atent nu poţi fi violent dar este dificil. Va trebui să te transformi în totalitate. Este foarte uşor să creezi o viaţă din principii, reguli şi legi. Atunci nu va mai trebui să fii îngrijorat. Nu mai este nevoie să fii atent şi conştient – doar vei urma principiile.

Vei fi precum un tren. Nu ai cum să deviezi de la traiectoria ta. Nu îţi este teamă, deoarece nu poţi greşi calea. Dar de fapt, nu ai nicio cale; ai doar nişte şine pe

care trenul circulă. Nu are de ce să îţi fie frică pentru că vei ajunge la destinaţie. Vei dormi, dar trenul va ajunge la destinaţie. Dar aceste şine sunt moarte.

Tantra spune că viaţa nu este fixă, seamănă mai degrabă cu un râu. Ea nu aleargă pe nişte şine metalice. Calea vieţii nu este prestabilită dinainte. Calea este creată în timp ce râul curge. Râul va ajunge la mare şi la fel şi viaţa.

Viaţa este precum o apă curgătoare. Nu există hărţi pe care să le urmezi. Doar fii atent, alert şi viu, şi oriunde te va conduce viaţa vei merge având încredere deplină în ea. Tantra înseamnă încredere – o încredere în forţa vieţii. Permite-i să te conducă, nu o forţa. Predă-te ei şi permite-i să te ducă spre ocean. Doar fii atent, asta este tot. În timp ce viaţa te va conduce spre ocean, doar fii atent astfel ca să nu pierzi nimic.

Este foarte important să ţii minte că tantra nu se ocupă numai de final, ci este preocupată şi de mijloace. Este preocupată şi de cărare, nu numai de destinaţie. Dacă eşti atent, chiar şi această viaţă va fi o beatitudine. Chiar momentul râului este o fericire în sine. Trecând printre văi şi munţi, coborând pe dealuri, chiar curgerea spre necunoscut este în sine o fericire.

Fii atent şi aici unde te afli, deoarece finalul, oceanul nu poate fi doar un final. Nu poate fi. Este o creştere, o dezvoltare. Râul „creşte” ca să devină oceanul. El nu doar va întâlni oceanul, va „creşte”, iar aceasta este posibilă doar printr-o experienţă bogată, atentă, încrezătoare. Desigur, este ceva periculos. Dacă râurile ar curge prin căi dinainte stabilite, atunci ar fi existat mai puţine erori, mai puţine pericole. Dar întreaga frumuseţe a vieţii ar fi pierdută.

Deci, nu urma anumite principii rigide. Acele principii pe care ai dori să le urmezi îţi vor apare şi ţie, dar nu vei deveni niciodată închis de ele, nu te vei simţi îngrădit.

3. Cea de-a doua sutră discutată ieri spune: „Puritatea altor învăţături este o impuritate pentru noi. În

realitate, nu cunoaşte nimic ca fiind pur sau impur". Atunci, dacă nimic nu este impur, cum pot fi impure învăţăturile altora?

Într-adevăr nimic nu este impur, dar trebuie să renunţi la învăţătura care spune că ceva este pur şi altceva este impur. Acesta este mesajul sutrei. Dacă cineva te învaţă că un lucru este pur şi altul este impur, sutra îţi spune că trebuie să renunţi la această învăţătură. Mesajul sutrei este să nu faci niciun fel de distincţie, rămâi inocent.

Însă priveşte complexitatea vieţii. Dacă vei încerca să devii inocent, atunci aceea nu va fi o inocenţă autentică. Cum ar putea fi? Când ai „încercat-o" a devenit deja un lucru calculat.

Nu astfel devii inocent. Deci ce este de făcut? Doar să renunţi la acele lucruri care creează şmecheria, hoţia, şiretenia. Nu încerca să creezi inocenţa; nu poţi face asta. Trebuie să arunci din minte lucrurile care creează şiretenie. Atunci când ai aruncat rădăcinile şireteniei, inocenţa îţi va apărea.

Nimic nu este pur sau impur. Atunci ce este de făcut? Mintea este plină de distincţii: „Acest lucru este pur, celălalt impur" Tantra spune: „Pentru noi aceasta este singura impuritate. O astfel de minte plină de concepte de puritate şi impuritate este singura impuritate. Dacă o arunci, ai devenit pur".

Această sutra are şi un alt înţeles. Există învăţături care au reguli fixe. De exemplu, învăţăturile creştine sau cele jainiste din India sunt împotriva sexului – este considerat un păcat, o impuritate. Tantra spune că nimic nu este păcătos sau sfânt. Chiar şi sexul poate fi o cale – chiar este. Depinde de tine. Nu sexul, ci tu eşti acela care determină calitatea.

Chiar şi rugăciunea poate deveni un păcat – şi sexul o virtute. Depinde de tine. Valoarea nu constă în obiect, valoarea este adusă de tine. Priveşte acelaşi fenomen într-un mod diferit. Tantra spune că, chiar şi sexul poate deveni o cale, dar atunci trebuie să te îndrepţi spre el fără nicio noţiune de moralitate sau imoralitate, de puritate sau

impuritate, de bun sau rău. Priveşte-l ca pe o simplă energie pură, doar o energie. Pătrunde în acea energie ca şi cum ai pătrunde în necunoscut. Nu dormi, fii atent! Când sexul te conduce până la rădăcina fiinţei tale, fii atent. Nu adormi pe drum. Fii atent şi experimentează totul, orice se întâmplă – relaxarea, încordarea, culmea, extazul.

Ego-ul se dizolvă pentru un moment; devii una cu iubitul sau iubita ta. Pentru un moment, acolo nu mai există două fiinţe. Sunt două corpuri, dar adânc înăuntru există o comuniune, o unitate. Fii atent! Nu pierde acest moment. Nu adormi. Fii atent şi vezi ce se întâmplă. Această unitate era ascunsă în actul sexual. Sexul a fost doar coaja. Acum, unitatea este esenţa sa – punctul central. Asta este ceea ce doreai, asta este ceea ce căutai – această unitate, această dizolvare a ego-ului, extazul non-tensiunii şi beatitudinea relaxării. Căutai acest ţel printr-o femeie sau alta, printr-un bărbat sau altul. Ai tot căutat, dar nicio femeie şi niciun bărbat nu îţi poate satisface setea, nu ţi-o poate dărui.

Doar printr-o profundă conştientizare tantrică actul sexual dispare complet şi este dezvăluit extazul profund. Depinde de tine: dacă poţi aduce meditaţia în iubire, în sex, atunci acesta este transformat. Tantra nu spune că ceva este pur sau impur – sau, dacă vrei să păstrezi terminologia dual ă, atunci îţi voi spune că pentru tantra somnul este impur, conştientizarea este pură şi toate celelalte nu au niciun sens.

4. Dacă o dorinţă emoţională sau o stare oarecare devine antrenantă, amuzantă sau euforică pentru noi şi nu o exprimăm, atunci aceasta energie se întoarce neapărat la sursa transformând persoana respectivă într-o persoană mai veselă şi mai plină de energie?

Nu neapărat! Dar dacă eşti conştient, atunci este aşa. Orice energie, orice energie are nevoie de rădăcini pentru a se mişca şi nicio energie nu poate fi distrusă. Energia este indestructibilă. Ea doar se poate transforma în forme diferite; nu poate deveni un nimic. Este un non-sens să

reprimi o energie. Energia nu poate fi suprimată, poate fi doar transformată. O energie suprimată va deveni un cancer. Când apare furia, ai de ales între două rute: ori o exprimi, ori o suprimi. Când o exprimi, atunci se va forma un lanţ, deoarece creezi furie şi în cealaltă persoană care, la rândul ei, o va exprima şi ea. Este ca un domino. În acest mod trăieşte orice om.

Cei care cunosc spun că aceasta poate continua chiar şi vieţi întregi. În viaţa trecută ai fost enervat pe o persoană, iar în viaţa prezentă îţi vei vărsa furia pe aceeaşi persoană. Nu eşti conştient, eşti un inconştient fericit. Şi este bine ca uneori să crezi că se întâmplă şi ceva nou. Însă 99 % din timp nu se întâmplă nimic nou; sunt repetate în permanenţă aceleaşi şabloane.

Uneori vezi un străin şi brusc te înfurii. Acesta nu ţi-a făcut nimic – nici nu l-ai mai întâlnit – dar te indispune şi simţi că vrei să scapi de el. Te simţi rău. De ce? Este un vechi şablon. Energia nu moare niciodată, aşa că dacă o exprimi devii o verigă a unui lanţ infinit. Iar într-o bună zi va trebui să ieşi din el. Este o epuizare. Nu crea acest lanţ.

Cealaltă alternativă este reprimarea, dar atunci te răneşti în interior. Aceasta va fi o suferinţă. Va crea probleme. Furia va continua să fie reprimată şi vei deveni un vulcan plin de furie.

Acum poate că nu îţi exprimi furia, dar întreaga ta personalitate va deveni furioasă. Nu vei erupe, nimeni nu te va vedea fiind violent, dar întreaga ta personalitate va deveni violentă. Iar această furie interioară te otrăveşte. În orice faci vei fi furios. Nu vei fi iubitor faţă de mâncare. Când vei deschide o uşă îţi vei arăta furia.

Într-o dimineaţă, Mulla Nasruddin trecea pe stradă şi ţipa, spunând tot felul de blesteme: „Diavolul îţi va poseda sufletul şi în stomac îţi vor creşte sfecle”.

Cineva s-a uitat la el şi a întrebat: „Mulla, pe cine blestemi aşa de dimineaţă?”

„Pe cine? Nu ştiu. Dar nu te îngrijora, mai devreme sau mai târziu, voi avea pe cine”.

Dacă eşti plin de furie asta se întâmplă: doar aştepţi

şi, mai devreme sau mai târziu, va veni cineva. Înăuntru fierbi doar aşteptând să apară vreun obiect sau vreo persoană care să te ajute să te uşurezi. Atunci întreaga ta personalitate devine violentă. Dacă suprimi sexul, atunci devii sexual. Oriunde vei merge, orice vei privi vei vedea doar sex – totul se va transforma într-un act sexual. Poţi suprima sexul foarte uşor: nu este dificil. Însă fiecare fibră şi celulă din tine va deveni sexuală.

Priveşte-i pe cei care sunt abstinenţi: minţile lor devin complet sexuale – visează, îşi imaginează numai sex. Sunt obsedaţi. Ceea ce putea fi natural a devenit ceva pervertit. Dacă exprimi, vei crea un lanţ, iar dacă reprimi vei crea o rană. Tantra spune să fii conştient în orice faci. Nu suprima şi nu exprima. Ai o a treia alternativă: fii conştient cum apare furia. Această conştientizare transformă energia care se manifestă prin furie într-o energie diferită. Aceeaşi energie devine compasiune. Prin atenţie apare o transmutaţie.

Aceeaşi energie cunoscută ca sexuală devine brahmacharya prin conştientizare. Atenţia este alchimia. Prin ea totul se transformă. Încearcă şi vei ajunge să cunoşti. Când îndrepţi atenţia, conştientizarea spre orice stare, spre orice sentiment, spre orice energie, vei observa că aceasta îşi schimbă natura şi calitatea. Nu mai este aceeaşi şi va pleca pe un alt drum. Nu se mai întoarce înapoi de unde a plecat; nu se duce în exterior. Mişcarea pe orizontală s-a oprit. Prin conştientizare începe să se mişte pe verticală. Aceasta este o dimensiune diferită. Un car se mişcă pe orizontală, un avion pe verticală – în sus.

O să-ţi povestesc o parabolă relatată de un fachir sufit. Un rege i-a dăruit unui om sărac un aeroplan. Acesta auzise de aeroplane, însă nu văzuse niciodată cum arată. Singurele vehicule pe care le cunoştea erau căruţele şi credea că aeroplanele nu sunt decât un alt fel de căruţe, mai îmbunătăţite. S-a folosit de cei doi boi pe care îi avea şi a cărat acasă aeroplanul. Mult timp l – a folosit ca pe o căruţă. După un timp, din curiozitate, a început să îl studieze şi a realizat că nu avea nevoie de boi. Apoi l-a

alimentat cu combustibil şi a început să îl folosească ca pe o maşină.

Un lucru îl măcina încă de la început: aripile. „Pentru ce or mai fi şi acestea” – gândi omul. Nu putea crede că erau puse acolo fără rost. Aşa că a încercat să meargă mai repede şi astfel a început să zboare. De-abia atunci aeroplanul a fost folosit la capacitatea sa reală.

Tu îţi foloseşti mintea ca pe o căruţă trasă de boi. Aceeaşi minte poate deveni o maşină; atunci nu mai ai nevoie de boi. Însă se va mişca tot pe orizontală. Dar are şi aripi. Încă nu le-ai observat, de aceea nu cunoşti acest fapt. Dar poate zbura! Se poate mişca în sus! Şi odată ce energiile se ridică, întreaga lume este diferită. Vechile întrebări şi probleme vor dispărea, deoarece acum ai pătruns într-o dimensiune nouă – cea a verticalităţii.

Toate problemele au existat datorită faptului că te mişcai pe orizontală. Problemele unui car cu boi nu mai pot fi probleme pentru un aeroplan. Pentru el nu mai există nicio barieră. Dacă drumul este blocat sau este stricat nu contează. Acum nu mai foloseşti un drum. Nu mai are importanţă dacă există vreun drum. Este necesară doar pista de decolare.

Învăţăturile morale sunt orizontale: tantra este verticală. De aceea toate aceste probleme nu au importanţă pentru tantra.

Energia care tu o cunoşti şi care se manifestă prin sex, furie, lăcomie sau orice altceva se mişcă pe orizontală. În momentul în care implici acolo conştiinţa, ai adus în joc o nouă dimensiune. Doar prin atenţie ajungi să te mişti pe verticală.

De ce? observă următorul lucru: atent fiind te afli întotdeauna deasupra faptului. Devino atent faţă de orice lucru şi vei fi deasupra sa. Faptul în sine va rămâne undeva jos şi tu îl vei privi de pe un vârf înalt. Dacă această atenţie este cu adevărat autentică şi poţi fi conştient fără întrerupere, atunci energia care se mişca pe orizontală îşi va lua avântul spre o altă dimensiune. Ea se va apropia de tine, de martor, de observator. Atunci ai început zborul. Şi,

timp de vieţi întregi, ai folosit ca pe o căruţă un mecanism care putea zbura în înaltul cerului. Ţi-ai creat singur probleme fără rost, doar pentru că nu cunoşteai ce este posibil pentru tine.

Ai spus ca nu trebuie nici să suprimi şi nici să exprimi furia, ci trebuie să rămâi permanent pasiv atent şi meditativ. Bineînţeles, va fi nevoie de un efort interior pentru a evita reprimarea şi indulgenţa, dar aceasta nu înseamnă tot un fel de reprimare?

Nu! Este un efort, dar nu „un fel de reprimare”. Nu înseamnă că orice efort este o reprimare. Există trei tipuri de efort. Unul este cel al exprimării. Când îţi exprimi furia, acesta este un efort. Al doilea tip este acela când suprimi. Prin exprimare îţi forţezi energia spre exterior, spre obiect sau persoană; acesta este un efort. În reprimare întorci energia spre sursa originară, spre inima ta. O forţezi înapoi. Tot un efort este, doar că direcţia este diferită. Prin exprimare se depărtează de tine, iar prin reprimare se apropie.

Al treilea tip de efort face parte dintr-o dimensiune diferită şi aparţine atenţiei pasive. Energia se mişcă în sus. La început, este un efort. Când de un’ să fii pasiv atent, atunci chiar această pasivitate va însemna un efort. După ce te obişnuieşti, după ce o cunoşti mai bine, atunci nu va mai fi un efort. Iar în momentul în care efortul dispare, aceasta va deveni şi mai pasivă – atunci devine mai magnetică. Va atrage energia în sus.

Însă la început, totul va fi un efort, aşa că nu deveni o victimă a cuvintelor. Acest lucru creează probleme. Misticii au vorbit întotdeauna de non-efort şi au îndemnat să nu acţionezi prin efort. Însă la început, totul este un efort. Când spun să fii fără-de-efort, mă refer la faptul că nu trebuie să forţezi efortul. Permite-i să apară prin conştientizare. Când forţezi devii tensionat şi furia nu poate urca. Tensiunea este orizontală; doar o minte nontensionată poate sta deasupra, peregrinând ca un nor.

Priveşte norii ce plutesc fără niciun efort. Nu trebuie să faci altceva decât să îţi pui în joc observarea. La început

vei face un efort, dar ţine minte că numai astfel va deveni un non-efort. Îi vei permite din ce în ce mai multă libertate. Limbajul creează dificultăţi. Dacă îţi spun să te relaxezi, ce vei face?

Vei face un fel de efort. Însă eu îţi spun că nu trebuie să depui niciun pic de efort, deoarece acesta implică tensiune şi, de aici, imposibilitatea relaxării. Atunci vei fi nedumerit şi vei întreba: „Ce vrei să spui? Dacă nu trebuie să depun niciun fel de efort, atunci ce trebuie să fac?”

Nu trebuie să faci nimic, însă la început această non-acţiune va fi o acţiune. Aşa că îţi voi spune: „Ok! Fă un mic efort, dar aminteşte-ţi că trebuie să renunţi la el. Foloseşte-l pentru a-ţi da impulsul. Acum, încă nu poţi înţelege non-activitatea, ci doar activitatea. Aşa că nu este nimic în neregulă dacă foloseşti limbajul activităţii şi al acţiunii. Foloseşte-te de efort pentru a-ţi da un impuls, însă ţine minte, cu cât îl părăseşti mai repede, cu atât mai bine.

Am auzit că atunci când Mulla Nasruddin a îmbătrânit, începuse să sufere de insomnie. A încercat orice metodă – băi calde, pastile, calmante, siropuri, somnifere – dar nimic nu l-a ajutat. Copiii săi au început să devină neliniştiţi, deoarece Mulla nu mai dormea, dar nici nu lăsa pe nimeni din casă să doarmă. Fiecare noapte devenise un coşmar pentru întreaga familie.

În final, după multe căutări, au găsit un hipnotizator. Fericiţi, copiii i-au spus lui Mulla: „Tată, acum nu trebuie să îţi mai faci griji. Am găsit un om fenomenal. El te va ajuta să poţi dormi din nou”.

Hipnotizatorul i-a arătat lui Mulla un ceas prins cu un lănţişor şi i-a spus: „Ai încredere în mine şi vei vedea un miracol. Trebuie să ai încredere în mine şi vei adormi precum un nou-născut. Priveşte ceasul”.

A început să balanseze ceasul de la stânga la dreapta şi în acelaşi timp îi spunea: „Ochii îţi devin din ce în ce mai grei, mai obosiţi şi mai obosiţi. În curând vei adormi”.

Toţi erau bucuroşi – fericiţi. Ochii lui Mulla s-au închis, capul i s-a aplecat în faţă, respiraţia i-a devenit ritmică şi adormise. Hipnotizatorul şi-a pus degetul la gură

pentru a indica să nu facă nimeni gălăgie. S-au furişat cu toţii afară, hipnotizatorul şi-a luat banii şi a plecat. Chiar în acel moment Mulla a deschis un ochi şi a strigat: „Cum? Nebunul ăla deja a şi plecat?” El făcuse un efort să se relaxeze precum „un bebeluş”. A început să respire ritmic, adânc, a închis ochii, dar totul a fost un efort. El credea că astfel îl ajută pe hipnotizator – dar nu era altceva decât un efort. Era şi normal să nu se întâmple nimic. El era treaz şi doar pretindea că îi apar semnele venirii somnului. Însă dacă putea să rămână pasiv şi doar să primească ceea ce i se sugera, atunci somnul ar fi apărut. Din partea sa nu era necesar niciun efort, doar o acceptare pasivă.

Deci nu te teme de efort. Pentru a-ţi aduce mintea într-o stare de acceptare pasivă, la început va trebui să depui un efort. Dar să nu uiţi că va veni un moment în care trebuie să renunţi la el, să îl depăşeşti. Doar când îl vei depăşi vei deveni pasiv, iar această conştientizare pasivă creează miracole. Odată cu o astfel de conştientizare pasivă, mintea dispare. Pentru prima dată îţi este dezvăluit centrul interior al fiinţei tale – iar acest lucru se întâmplă datorită unui anumit motiv.

Efortul este necesar peste tot în lume. Dacă vrei să faci ceva în lume, atunci ai nevoie de efort. Dar în interior nu este necesar niciun fel de efort. Ai nevoie doar de relaxare. Non-acţiunea este o artă, aşa cum şi acţiunea este o artă în lumea exterioară.

Această atenţie pasivă este cheia. Însă nu trebuie să fii tulburat din cauza limbajului. Începe cu efortul. Doar aminteşte-ţi că va trebui să renunţi la el. Chiar şi această renunţare va reprezenta un alt efort – dar va apărea un moment în care totul dispare. Atunci eşti acolo fără să faci nimic – doar fiinţezi. Această „fiinţare”, această „existenţă” este samādhi – şi tot ce merită a fi cunoscut sau avut, tot ce există sau ce merită să existe, ţi se dăruie în această stare.

43. DESCOPERIND NESCHIMBĂTORUL PRIN SCHIMBĂTOR

27. III.1973, Bombay

SUTRE:

66. Fii neacelaşi-acelaşi, atât faţă de un prieten cât şi faţă de un necunoscut, în glorie cât şi în dezonoare.

67. Aici este sfera schimbării, a schimbării, a schimbării. Prin intermediul schimbării, epuizează schimbarea.

Northrope spune că mintea occidentală a căutat mereu componenta teoretică a schimbării – veriga cauzală a întâmplării lucrurilor, care este cauza, cum poate fi controlat efectul, cum poate omul manipula natura. Iar mintea orientală, spune Northrope, s-a aflat într-o aventură diferită: aceea de a găsi componenta estetică a realităţii – nu teoretică, ci estetică.

Mintea orientală nu a fost interesată să manipuleze natura, ci cum să devină una cu natura – nu cum să o cucerească, ci cum să se afle într-o profundă prietenie cu ea, într-o profundă participare cu ea. Mintea occidentală s-a aflat mereu în conflict, în luptă, pe când cea orientală s-a aflat într-o legătură de iubire cu natura. Nu ştiu dacă Northrope ar fi de acord cu mine, dar sentimentul meu este acela că ştiinţa se află într-o legătură de antipatie cu natura – de aici apare lupta, conflictul, limbajul de victorie.

Religia este o relaţie de iubire din care nu rezultă niciun conflict. Într-un alt mod, ştiinţa este o atitudine masculină, iar religia feminină. Ştiinţa este agresivă, religia este receptivă. Mintea orientală este religioasă. Sau, dacă mi se permite, voi spune că, oriunde există o minte religioasă, aceasta este orientală. Mintea ştiinţifică este occidentală. Nu contează dacă acel om este născut în Orient sau în Occident. Când vorbesc despre Est şi Vest mă refer la două atitudini şi nu la două dimensiuni geografice. Te poţi naşte în Occident fără să aparţii acestuia; poţi fi oriental până în măduva oaselor. Sau, te poţi naşte în Orient şi să nu aparţii acestuia; poţi fi ştiinţific, matematic, logic, intelectual.

Tantra este absolut orientală. Este o cale de a participa la realitate – o cale de a deveni una cu ea, o cale de a dizolva limitele, o cale care îţi arată cum să pătrunzi

într-un tărâm nediferenţiat. Mintea diferenţiază, creează limite, definiţii, deoarece nu poate lucra fără acestea. Cu cât sunt mai bine definite limitele, cu atât este mai bună posibilitatea minţii de a lucra. Mintea este cea care taie, divide, ciopârţeşte totul.

Religia este o dizolvare a limitelor care te conduce spre dimensiunea nediferenţierii – acolo unde nu există nicio definiţie, nicio limită, acolo unde totul este totul. Nu poţi ciopârţi existenţa. Consecinţele sunt menite să fie direrite în fiecare atitudine. Atitudinea ştiinţifică te ajută să divizi, să ciopârţeşti şi să ajungi la particule moarte – deoarece viaţa nu poate fi divizată. Iar în momentul în care o tai, aceasta nu mai este acolo. Este ca şi cum cineva ar cerceta fiecare notă a unei simfonii. Fiecare notă este parte din acea simfonie, dar nu este simfonia – ea este creată de mai multe note care se dizolvă una în cealaltă. Nu poţi descoperi ce este o simfonie doar studiindu-i notele.

Eu nu pot afla nimic despre tine dacă mă apuc şi îţi studiez doar părţile tale. Tu eşti o sumă, un total. Când divizi, analizezi, viaţa dispare; tot ce îţi rămâne sunt doar nişte fragmente lipsite de viaţă. Din acest motiv, ştiinţa nu va fi niciodată capabilă să cunoască ce este viaţa, iar orice va cunoaşte nu va aparţine vieţii, ci morţii. Ştiinţa poate deveni capabilă să manipuleze viaţa cunoscându-i acesteia părţile – părţile moarte. Asta nu înseamnă că a cunoscut viaţa. Aceasta nu poate fi cunoscută prin metoda tehnologică a ştiinţei.

De aceea, ştiinţa continuă să nege totul în afară de materie. Atitudinea pe care o are îi exclude orice contact cu viaţa. Şi se întâmplă şi invers: dacă pătrunzi în religie, vei începe să negi materia. Shankara spune că materia este iluzorie. Atitudinea orientală neagă materia, lumea. De ce? Datorită felului de a privi lucrurile. Dacă priveşti materia fără niciun fel de diferenţiere, aceasta dispare. Materia este viaţă divizată, diferenţiată. Materia înseamnă viaţă definită, analizată, fragmentată, limitată.

Deci, bineînţeles, dacă priveşti viaţa fără diferenţiere

şi devii parte a ei, aflându-te într-o profundă participare, dacă devii una cu existenţa – aşa cum doi iubiţi devin unul – şi materia dispare. Acesta este motivul pentru care Shankara spune că materia este iluzorie. Dacă participi în existenţă, ea există. Marx însă afirmă că aşa-zisa conştiinţă este doar un produs, că nu este substanţială, este doar o funcţie a materiei. Când divizi viaţa, conştiinţa dispare, devine iluzorie. Atunci doar materia va exista.

Ceea ce intenţionez să spun este următorul lucru: existenţa este una. Dacă te apropii de ea prin analiză, atunci îţi apare ca materie. Dacă te apropii printr-o participare, atunci ea îţi apare ca o conştiinţă, ca divinitate, ca viaţă. Prin ştiinţă nu ai nicio posibilitate să găseşti fericirea profundă, deoarece fericirea este imposibilă prin materie. Poate îi doar o iluzie. Fericirea devine posibilă doar printr-o participare totală şi profundă.

Tantra este o tehnică de iubire. Efortul pe care îl depui este pentru a deveni una cu Existenţa. Deci va trebui să pierzi multe lucruri înainte de a intra. Va trebui să îţi pierzi obiceiul de a analiza în mod steril lucrurile; va trebui să pierzi atitudinea, adânc înrădăcinată în tine, de a gândi în termeni de cucerire, de conflict.

Când Hillary a urcat pe Everest, toţi cei din Occident au spus că aceasta este o cucerire – Everestul a fost îngenuncheat. Doar într-o mănăstire zen s-a scris pe o hârtie lipită de perete: „Everestul a devenit un prieten!” – nu cucerit! Aceasta este diferenţa: acum umanitatea s-a împrietenit cu el. Everestul este cel care i-a permis lui Hillary să vină la el. Nu a fost o cucerire, însăşi cuvântul „cucerire” este urât, vulgar şi violent. A gândi în astfel de termeni arată agresivitate. Everestul i-a urat bun venit lui Hillary şi, prin el, întreaga umanitate s-a împrietenit cu acesta; peste prăpastie s-a aşternut un pod. Everestul a devenit parte din conştiinţa umană. Acesta este podul.

Totul depinde de cum priveşti. Ţine minte acest lucru: tantra este un efort iubitor îndreptat spre existenţă. De aceea s-a şi folosit atât de mult de sexualitate – deoarece este o tehnică de iubire. Nu este doar iubirea

dintre un bărbat şi o femeie, ci este iubirea dintre tine şi existenţă în care, pentru prima dată, existenţa devine plină de sens prin acea femeie. Iar dacă eşti femeie, existenţa devine plină de sens datorită unui bărbat.

Gândeşte-te la tine ca fiind absolut asexual. Imaginează-ţi. Vei fi incapabil să iubeşti; vei fi incapabil să simţi vreo afinitate faţă de cineva. Îţi va fi extrem de greu să ieşi din tine însuţi. Vei rămâne închis, fără să te poţi apropia de cineva, fără să te poţi întâlni cu nimeni. Vei fi mort pentru existenţă.

Sexualitatea reprezintă efortul tău de a ieşi afară. Pleci din tine şi altcineva devine centrul. Îţi laşi ego-ul în urmă şi te întâlneşti cu altcineva. Dacă vrei cu adevărat să poţi comunica şi să te poţi întâlni cu altcineva, atunci este necesară o abandonare totală. Priveşte miracolul care apare în iubire: tu îţi muţi reşedinţa în altcineva şi celălalt în tine. Aţi schimbat locurile. Acum celălalt devine sufletul tău şi tu al lui. Aceasta este o participare. Voi vă întâlniţi cu adevărat. Aţi devenit un cerc. Aceasta este prima întâlnire, în care nu eşti îngrădit de ego. Şi această întâlnire poate deveni prima treaptă care să te conducă spre o întâlnire mai măreaţă, cea cu Existenţa, cu Universul, cu Realitatea.

Tantra nu este bazată pe intelect, ci pe inimă. Ea nu reprezintă un efort intelectual, ci unul emoţional, sentimental. Ţine minte aceste lucruri, deoarece te vor ajuta să înţelegi mai bine tehnicile.

66. Fii neacelaşi-acelaşi, atât faţă de un prieten cât şi faţă de un necunoscut, în glorie cât şi în dezonoare.

Fii neacelaşi-acelaşi – aceasta este baza. Ce se întâmplă în tine? Două lucruri, în tine există în permanenţă ceva care nu se transformă. Poate că nu ai observat, dar dacă eşti atent vei realiza faptul că în interior există ceva care rămâne constant acelaşi. Datorită acestui lucru neschimbător poţi avea o identitate. Datorită acestei uniformităţi te simţi centrat; altminteri vei fi un haos. Spui: „Copilăria mea” – dar acum ce-a mai rămas din ea? Cine spune acest lucru? Cine este acest „eu”, „al meu”, „a

mea”?

Nu a mai rămas nimic din copilăria ta. Dacă cineva te-a fotografiat când erai mic fără să ştii şi ţi le arată când eşti adult, nu vei reuşi să le recunoşti, totul s-a schimbat. Corpul nu mai este acelaşi; nici măcar o celulă nu a rămas netransformată. Fiziologii afirmă că trupul este precum un râu, este un flux. În fiecare clipă milioane de celule mor şi altele se nasc. În răstimp de şapte ani, trupul este transformat complet. Deci, dacă vei trăi 70 de ani, atunci corpul va fi reînnoit de 10 ori.

Trupul tău, la fel ca şi mintea, se transformă în fiecare clipă. Nu poţi să te recunoşti în copilărie, iar dacă ar fi posibil să ţi se arate o poză a minţii pe care o aveai când erai copil, nici pe aceasta nu ai recunoaşte-o. Mintea este chiar mai fluctuală decât corpul. În fiecare moment totul se transformă. Nimic nu rămâne la fel. În ceea ce priveşte mintea, astăzi dimineaţă erai diferit de cum vei fi diseară.

Buddha spunea fiecăruia cu care se întâlnea: „Ţine minte, omul care a venit acum să mă întâlnească nu va fi acelaşi care se va întoarce la mine. Acum tu eşti complet diferit. Mintea este alta”.

Ai venit aici având o minte diferită şi vei pleca cu o minte complet diferită decât cea cu care ai venit. Ceva s-a schimbat. Ceva nou a fost adăugat, completat. Şi chiar dacă nu te întâlneşti cu nimeni, chiar dacă stai singur, nici atunci nu vei putea rămâne netransformat. În fiecare clipă râul curge.

Heraclit a spus: „Nu poţi păşi de două ori în acelaşi râu”. Acelaşi lucru se poate afirma şi în cazul omului: nu poţi întâlni acelaşi om de două ori – imposibil. Datorită acestui fapt şi datorită ignoranţei, viaţa devine o suferinţă – deoarece te aştepţi ca celălalt să fie mereu acelaşi. Te căsătoreşti şi aştepţi ca fata să rămână neschimbată. Nu poate fi! Când era necăsătorită, era diferită; acum este cu totul alta. Un iubit este cu totul altfel, un soţ este cu totul altfel. Nu poţi aştepta ca aceeaşi persoană care mai înainte era iubita ta să o întâlneşti netransformată, ca soţie. În

momentul în care iubitul devine un soţ, totul s-a schimbat. Însă tu continui să aştepţi. Aceasta creează suferinţa – suferinţă nenecesară. Dacă putem realiza faptul că mintea curge şi se transformă în continuu, atunci vom scăpa de multe suferinţe fără să pierdem nimic. Tot ce ai nevoie este simpla conştientizare a faptului că mintea se transformă în permanenţă.

Cineva te iubeşte şi, apoi, continui să aştepţi aceeaşi iubire. Dar în clipa următoare, persoana cealaltă te va urî; atunci devii tulburat – dar nu datorită urii sale, ci datorită aşteptării tale. Celălalt se transformă. El este viu, deci este menit să se transforme. Aşteaptă! poate că în clipa următoare te va iubi din nou. Nu te grăbi. Fii răbdător. Iar dacă şi celălalt poate realiza acest lucru, atunci nici el nu va lupta cu acest flux. Este natural să fie aşa.

Dacă îţi priveşti corpul, vei observa că şi acesta se transformă. Fii atent să îţi înţelegi mintea şi vei vedea cât de repede curge. Nu rămâne niciodată aceeaşi. Nimic nu rămâne la fel, nici chiar pentru două momente consecutive.

Personalitatea ta este precum un flux. Deci, dacă nimic nu rămâne la fel, atunci cine îşi va aminti de „copilăria mea”? Copilăria a trecut, corpul s-a transformat, mintea a devenit diferită. Atunci cine îşi aminteşte? Cine cunoaşte copilăria, tristeţea sau bătrâneţea? Cine cunoaşte?

Acest cunoscător cu siguranţă rămâne neschimbat; acest martor trebuie să rămână la fel. Doar atunci poate avea o perspectivă. Martorul poate spune:

„Aceasta a fost copilăria mea, tinereţea şi bătrâneţea mea. În acel moment am iubit, iar în următorul am urât”. Conştiinţa martoră, cunoscătorul rămâne întotdeauna acelaşi.

Fiecare fiinţă are două dimensiuni sau realităţi care există împreună. Tu eşti ambele – schimbătorul care curge întotdeauna şi neschimbătorul care rămâne veşnic acelaşi. Devino conştient de aceste două tărâmuri şi tehnica îţi va fi de mare ajutor: *Fii neacelaşi-acelaşi*. Ţine minte: *fii*

neacelaşi-acelaşi. Eşti menit ca la periferie să fii altul, dar în centru rămâi acelaşi, „neschimbat”. Aminteşte-ţi întotdeauna de cel care este neschimbat şi este îndeajuns – nu este nevoie să mai faci nimic altceva. Pe acesta nu îl poţi transforma în nimic, dar îl poţi uita. Poţi fi atât de acaparat şi de obsedat de lumea schimbătoare din jurul tău – cu mintea, cu trupul – astfel încât uiţi complet de centru. Acesta este acoperit de praful exterior, este învăluit de flux şi atunci pot apărea probleme. Transformarea creează probleme.

De exemplu, dacă în jurul tău există un zgomot constant nu vei fi conştient de acesta. Ai un ceas care funcţionează, tic-tac, tic-tac, tic-tac, dar nu eşti deloc conştient de el. Însă atunci când se opreşte brusc vei deveni imediat conştient. Când un lucru este constant acelaşi nu este nicio nevoie să îl iei în seamă. Dar cum se schimbă ceva, mintea observă imediat. În momentul în care apare o ruptură şi ceasul se opreşte, atenţia ta se va îndrepta instantaneu spre ea.

Este ca şi atunci când îţi cade un dinte – limba se duce în continuu spre acel loc. Când dintele se afla în gură, limba nici nu a încercat să îl atingă. Acum a apărut un gol şi limba se îndreaptă mereu spre acel gol. De ce? Deoarece lipseşte ceva – fundalul s-a schimbat. A apărut ceva nou.

Ori de câte ori apare ceva nou devii conştient – iar aceasta se întâmplă din mai multe motive. Este o măsură de siguranţă. Este necesar pentru supravieţuire. Când ceva devine diferit trebuie să devii conştient. Altminteri poate apărea ceva periculos şi tu nici măcar nu ştii. Trebuie să notezi schimbarea care a avut loc şi să te adaptezi noii situaţii apărute în fiinţa ta.

Însă când totul rămâne la fel, atunci nu mai ai nevoie de conştientizare. Acel element neschimbător, pe care hinduşii l-au denumit Atman, sinele suprem-Spiritul, a existat încă de la început – dacă a existat vreun început. Şi va dura până la sfârşit, dacă va exista vreun sfârşit. A fost etern acelaşi, deci cum ai putea fi conştient de el?

Observatorul este pierdut tocmai datorită faptului că

este permanent acelaşi.

Tu iei în seamă corpul şi mintea deoarece ele sunt fluctuante. Şi datorită faptului că le observi doar pe acestea, începi să crezi că eşti identic cu ele. Nu le cunoşti decât pe acestea şi devii identificat cu ele.

Întregul efort spiritual constă în faptul de a găsi neschimbatul în schimbător – eternul în efemer. Acela este centrul tău şi dacă ţi-l poţi aminti, atunci tehnica devine foarte uşoară pentru tine. Sau o poţi începe altfel, practici tehnica şi atunci reamintirea va fi floare la ureche. Poţi începe de la oricare din capete.

Încearcă tehnica. *Fii neacelaşi-acelaşi, atât faţă de un prieten cât şi faţă de un necunoscut, în glorie cât şi în dezonoare*. Faţă de un străin sau un prieten fii „neacelaşi-acelaşi”. Ce înseamnă acest lucru? Este contradictoriu. Într-un fel trebuie să fii diferit deoarece atunci când îţi întâlneşti prietenul nu poţi să îl întâmpini ca şi cum ar fi un străin. Sau, cum ai putea întâlni un străin ca şi cum l-ai cunoaşte deja? Nu poţi. Diferenţe vor exista, însă în interior rămâi acelaşi. Atitudinea trebuie să rămână aceeaşi, dar comportarea va fi „schimbată”. Crezi că poţi să întâlneşti o persoană necunoscută ca şi cum ai cunoaşte-o? Nu. Cel mult te poţi preface, dar aceasta nu ajută la nimic. Va exista o diferenţă.

Nu este nicio nevoie să pretinzi faţă de un prieten că el este un prieten. Lângă un străin vei acţiona diferit – este ceva nou. Schimbarea va fi necesară. În ceea ce priveşte comportamentul vei fi diferit, dar în ceea ce priveşte conştiinţa vei rămâne acelaşi. Poţi privi la un prieten ca la un străin.

Este dificil. Poate că ai auzit de povaţa care spune să consideri orice străin ca pe cel mai bun prieten. Însă acest lucru nu devine posibil decât atunci când vei putea privi la cel mai bun prieten ca la un necunoscut. Ambele sunt corelate.

Ţi-ai privit vreodată prietenii ca pe nişte necunoscuţi? Dacă nu, înseamnă că nu i-ai privit deloc. Priveşte-ţi soţia: o cunoşti cu adevărat? Ai trăit cu ea 20 de

ani sau chiar mai mult, dar cu cât aţi trăit mai mult împreună, cu atât mai mult uiţi faptul că şi ea este o străină – şi va rămâne aşa. Oricât ai iubi-o, nu contează.

De fapt, cu cât o iubeşti mai mult, cu atât mai străină îţi va părea – deoarece atunci poţi pătrunde în interiorul ei şi poţi cunoaşte faptul că şi ea este un flux, un râu. Dacă nu ai reuşit să priveşti în profunzime, dacă te opreşti la nivelul superficialităţii – la numele sau la formele soţiei – atunci vei considera aceste fragmente ca fiind soţia ta. Însă ea nu este statică, ci curge şi atunci va trebui să îşi ascundă transformările. Poate că nu se află într-o stare iubitoare, dar va trebui să pretindă că este, deoarece tu aşteptţi iubire de la ea.

Atunci totul devine fals. Ei nu i se permite să curgă, nu i se dă voie să fie ea însăşi. Astfel apar tot felul de impuneri şi relaţia dintre voi moare. Cu cât iubeşti mai mult, cu atât mai mult vei simţi acel mecanism schimbător.

Atunci şi tu eşti un străin în fiecare clipă. Nu poţi prezice, nu poţi şti cum se va comporta soţia mâin e dimineaţă. Poţi prezice doar dacă soţul sau soţia sunt morţi; atunci da. Prezicerile sunt valabile doar în cazul lucrurilor, niciodată în cazul fiinţelor. Iar dacă este posibil să prezici ceva faţă de o persoană, atunci află că aceea este moartă. Viaţa ei este falsă, de aceea poţi prezice. Despre fiinţele cu adevărat vii nu se poate spune nimic dinainte, deoarece există schimbarea.

„Priveşte-ţi prietenul ca pe un străin: chiar *este* un străin! Nu-ţi fie teamă. Nouă ne este teamă de străini şi de aceea uităm faptul că şi prietenii nu sunt altceva decât nişte străini. Dacă poţi face acest lucru, atunci nu vei fi niciodată frustrat, deoarece nu mai ai niciun fel de aşteptări. Aşteptările şi frustrările apar datorită faptului că îţi iei prietenii de buni, iar nimeni nu îţi poate satisface aşteptările. Fiecare trăieşte pentru a se satisface pe sine dar tu aştepţi ca celălalt să îţi dea fericire şi celălalt la rândul lui aşteaptă de la tine. Astfel apare conflictul, violenţa, lupta şi suferinţa.

Aminteşte-ţi mereu de faptul să toţi sunt nişte străini.

Nu uita, chiar şi cel mai apropiat prieten este un străin – chiar foarte îndepărtat de tine. Când îţi apare această cunoaştere, atunci poţi privi la orice străin ca la cei mai apropiat prieten. Dacă un prieten nu poate fi un străin, atunci nici străinul nu poate fi un prieten. Priveşte la un străin: tu eşti alb şi el este negru, sau invers; vorbiţi limbi diferite; aparţineţi de religii diferite. Nu aveţi nimic în comun! Este un străin; însă priveşte în ochii săi şi vei vedea aceeaşi umanitate – aceasta este baza comună dintre voi – aceeaşi viaţă, aceeaşi existenţă.

Poate că nu înţelegi ce vorbeşte, dar îl poţi înţelege pe el. Chiar şi tăcerea poate fi comunicativă. Doar privindu-l adânc în ochi îţi va fi dezvăluit prietenul din el. Iar dacă ştii să priveşti, atunci nici chiar un inamic nu te mai poate înşela. Acesta nu poate dovedi că nu este prietenul tău. Oricât de îndepărtaţi aţi fi, sunteţi aproape, deoarece aparţineţi aceluiaşi curent existenţial, aceleiaşi ape curgătoare, aceluiaşi pământ al existenţei.

Dacă se întâmplă acest lucru, atunci niciun copac sau nici chiar o piatră nu mai este îndepărtată de tine. În ceea ce priveşte o piatră nu ai nicio cale de comunicare – dar acolo fiinţează aceeaşi existenţă. Piatra participă şi ea la existenţă. Ea fiinţează – eu chiar o personific – ea ocupă un spaţiu, există în timp. Soarele răsare şi pentru ea aşa cum răsare şi pentru tine. Mai demult niciunul dintre voi nu exista, iar într-o zi şi ea va muri la fel ca şi tine. Piatra va dispărea. Cu toţii ne întâlnim în existenţă. Întâlnirea este prietenia. Ca personalitate, ca manifestare suntem diferiţi; în esenţă suntem una.

În manifestare suntem complet străini şi, oricât de mult am încerca să ne apropiem, tot îndepărtaţi rămânem. Poţi îmbrăţişa pe cineva, dar mai mult nu este posibil. În ceea ce priveşte personalitatea ta schimbătoare, tu nu eşti niciodată acelaşi. Mintea şi corpul se află într-o permanenţă transformare.

Ai observat? Simţi iubire pentru cineva – un elan foarte profund. Eşti plin de acest sentiment, dar în momentul în care spui: „Te iubesc” – totul a dispărut. Ai

observat? Poate că acum a rămas doar o amintire. A existat, dar acum nu mai este. Chiar faptul că ai afirmat-o, că ai făcut-o să se manifeste, a condus la evaporarea ei. Probabil că în esenţă a fost profundă, dar în clipa în care ai adus-o la suprafaţă ai adus-o în tărâmul temporalităţii şi, deci, al schimbării. Când spui: „Te iubesc” – sentimentul este deja trecut. Este dificil, însă dacă observi va deveni un fapt. Atunci poţi privi. În prieten există şi străinul, iar în străin fiinţează şi prietenul. Atunci poţi rămâne acelaşi ne acelaşi. La periferie eşti altul, dar în esenţă rămâi acelaşi.

În glorie şi dezonoare... Cine este onorat şi cine este dezonorat? Tu? Niciodată! Tu nu aparţii schimbărilor. Cineva te ridică în slăvi; dacă consideri că acela te laudă pe tine; vor apărea dificultăţile. Acel om laudă o manifestare din tine, nu pe tine. Cum ar putea el să te cunoască? Nici chiar tu nu te cunoşti. El onorează o anumită manifestare, ceea ce a apărut în personalitatea ta schimbătoare. Eşti bun, iubitor, generos – el onorează aceste lucruri. Însă această bunătate şi iubire se află doar la suprafaţă, la periferie. În momentul următor vei fi plin de ură. Acolo nu vor mai fi flori, ci doar spini, poate că nu vei fi la fel de fericit. Poţi fi trist, deprimat, crud, furios. Atunci celălalt te va dezonora. Iar după un timp va apărea din nou manifestarea iubitoare. Ceilalţi nu vin în contact cu tine, ci cu manifestările tale.

Ţine minte, ceilalţi nu te laudă şi nici nu te critică pe tine. Nu pot face acest lucru, deoarece nu te cunosc; nu te pot cunoaşte. Dacă nici chiar tu însuţi nu eşti conştient de tine, atunci cum ar putea fi ceilalţi? Ei au propriile lor formule, criterii, teorii, standarde: „Dacă un om este astfel, atunci îl vom lăuda, iar dacă este altfel îl vom dezonora”. Ceilalţi acţionează conform standardelor pe care le au, iar tu nu te poţi afla niciodată aproape de acele criterii – doar manifestările tale pot fi.

Unii te pot numi sfânt, iar a doua zi păcătos. Astăzi vei fi un înger, iar mâine te vor omorî cu pietre. Ce se întâmplă? Ceilalţi vin în contact cu periferia ta, niciodată cu tine. Ţine minte, orice ar spune altcineva, nu spune

despre tine. Tu rămâi în spate, undeva. Condamnările, aprecierile sau orice alte atitudini nu te privesc pe tine, ci doar manifestările tale temporale.

Îţi voi spune o anecdotă zen. Un tânăr călugăr trăia în apropierea oraşului Kyōto. Întreg oraşul îl aprecia deoarece el era tânăr, frumos. Toţi îl credeau un sfânt. Apoi, într-o bună zi totul s-a întors. O fată a rămas însărcinată şi le-a spus părinţilor că responsabil pentru acest lucru era tocmai acel călugăr. Imediat cum au auzit, toţi s-au întors împotriva sa. Iar într-o dimineaţă geroasă de iarnă, părinţii fetei împreună cu alţi oameni au venit şi i-au dat copilul spunându-i: „Acesta este copilul tău, aşa că trebuie să îţi asumi responsabilitatea”.

„Chiar aşa?” – a zis călugărul.

Atunci copilul începuse să plângă şi călugărul a început să îl îngrijească. Unii oameni din mulţime au început să îl blasfemieze şi i-au dat foc colibei.

Copilului îi era foame, dar el nu avea ce să îi ofere de mâncare. Şi nici nu avea bani ca să îi cumpere ceva. Singura alternativă era să cerşească în oraş. Dar acum cine îi mai dăruia ceva? Toţi îi închideau uşa în faţă. Pretutindeni era condamnat.

Apoi, a ajuns la casa fetei. Ea îl auzea pe copil plângând, iar pe călugăr strigând: „Mie nu trebuie să mi se ofere nimic, dar copilului îi este foame. Eu sunt un păcătos, însă copilul nu este. I se poate oferi puţin lapte”.

Atunci fata a mărturisit cine este adevăratul tată al copilului. Imediat, toţi oamenii din oraş s-au schimbat complet. Au ieşit afară şi i-au cerut iertare, iar tatăl fetei i-a spus: „Dar de ce nu ai spus nimic? De ce nu ai refuzat copilul astăzi dimineaţă când am venit cu el la tine? El nu este al tău”.

„Chiar aşa?” – a răspuns călugărul. Acelaşi lucru ca şi dimineaţă.

*

În acest mod trebuie aplicată în viaţă această sutra. În onoare şi dezonoare trebuie să rămâi *acelaşi-ne acelaşi*. Centrul interior trebuie să rămână netransformat,

deoarece totul se petrece la periferie. Periferia este menită să se transforme, dar nu şi tu. Datorită faptului că eşti divizat – periferia şi tu – s-au folosit termeni contradictorii: *fii acelaşi-ne acelaşi*. Iar această tehnică o poţi realiza faţă de orice opuşi: în ură şi iubire, sărăcie şi bogăţie, confort sau disconfort – în orice rămâi *acelaşi-ne acelaşi*.

Trebuie doar să cunoşti faptul că schimbarea se produce la periferie; este imposibil ca ea să-ţi apară ţie. Aşa că poţi rămâne detaşat, iar această detaşare nu este impusă. Doar cunoşti pur şi simplu că este aşa. Nu este o detaşare forţată; nu faci niciun fel de efort. Dacă *te lupţi* să rămâi detaşat, atunci încă te afli la periferie; încă nu ai cunoscut centrul. Centrul este detaşat – şi întotdeauna a fost astfel. Este transcendental. Se află în permanenţă dincolo. Orice s-ar întâmpla, nu i se întâmplă niciodată lui.

Practică tehnica în anumite situaţii. Continuă să simţi că ceva în interiorul tău rămâne neschimbat. Când cineva te insultă, concentrează-te asupra punctului unde tu doar îl asculţi – fără să reacţionezi în niciun fel – doar în locul unde îl asculţi. Apoi, cineva te laudă. Doar ascultă. Insultălaudă, glorie-dezonoare – doar ascultă. Periferia va deveni tulburată. Priveşte la ea; nu o schimba. Rămâi cufundat în centrul tău şi priveşte de acolo. Atunci îţi va apărea o detaşare care nu este forţată, ci spontană, naturală.

Iar odată ce ai avut sentimentul adevăratei detaşări, nimeni şi nimic nu te mai poate tulbura vreodată. Vei rămâne tăcut. Orice s-ar întâmpla în lume, tu vei rămâne neclintit. Chiar dacă cineva încearcă să te omoare, doar corpul va fi atins – nu tu. *Tu* vei rămâne dincolo. Această „detaşare” te conduce în existenţă, în ceea ce este etern, beatific, adevărat, nemuritor, în viaţa însăşi.

Poţi denumi această stare ca fiind Dumnezeu sau orice termen doreşti.

Însă până când nu devii conştient de centrul etern interior, până când nu părăseşti periferia nu ţi-a apărut religiozitatea şi nici viaţa. Atunci vei pierde totul. Este foarte posibil – să pierzi extazul vieţii, al fiinţării.

Shankara spune: „Eu numesc sannyasin pe acela care cunoaşte ceea ce este trecător şi iluzoriu” Aceasta, în filosofia indiană, este cunoscută ca fiind discriminare – *viveka*. A discrimina între tărâmul transformării şi cel al eternului – aceasta este conştientizarea, discriminarea, *viveka*.

Această sutra poate fi folosită foarte profund şi, totodată, foarte uşor în tot ceea ce faci. Simţi foamea? Adu-ţi aminte de cele două tărâmuri. Foamea poate fi simţită doar la periferie, deoarece aceasta are nevoie de combustibil, de mâncare. Tu nu ai nevoie de aşa ceva, dar trupul are. Ţine minte, foamea apare la periferie; tu doar eşti cunoscătorul ei. Dacă tu nu existai acolo, ea nu ar fi fost cunoscută. Dacă trupul nu ar fi existat, ea nu ar fi apărut. C orpul nu poate cunoaşte. Aşa că, dacă tu nu exişti, corpul o poate simţi, însă nu o poate cunoaşte. Tu o cunoşti, dar nu o poţi avea.

Aşa că nu spune niciodată: „Mi-e foame”. Mai bine, îţi spui în interior: „Eu ştiu că trupului îi este foame”. Dă accent cunoaşterii tale. Atunci apare discriminarea. Devii bătrân; nu spune niciodată: „Am îmbătrânit” – ci doar: „Corpul îmbătrâneşte”. Atunci, chiar şi în momentul morţii, vei şti că: „Eu nu mor, ci trupul este cel care piere. Eu doar schimb corpurile exact cum aş schimba hainele”. Iar în clipa în care această discriminare se adânceşte, într-o zi, brusc, apare iluminarea.

67. Aici este sfera schimbării, a schimbării, a schimbării. Prin intermediul schimbării, epuizează schimbarea.

Primul lucru care trebuie înţeles este faptul că tot ceea ce cunoşti este supus transformării; în afară de tine, de cunoscător, totul se transformă. Ai văzut ceva care să nu fie supus transformării? Întreaga lume este doar un fenomen al transformării. Chiar şi Himalaya se transformă. Oamenii de ştiinţă afirmă că aceştia sunt printre cei mai tineri munţi din lume şi încă continuă să crească. Sunt asemănători unor copii; încă nu au atins culmea dezvoltării. Ei încă se dezvoltă, încă se ridică.

Ca o comparaţie, Vindhyachal – un alt lanţ muntos – este bătrân. Unii spun că este cel mai bătrân lanţ muntos din lume. Acum el descreşte – moare. Deci chiar şi Himalaya este supusă schimbării. Este doar un lanţ de pietre. Chiar şi pietrele sunt schimbătoare. Unele lucruri par mai schimbătoare, altele mai puţin – totul este relativ.

Ţine minte: nimic din tot ce poţi cunoaşte nu scapă transformării. În afară de cunoscător, totul se transformă. Dar acesta se află întotdeauna în spate. El întotdeauna „cunoaşte”; nu este niciodată cunoscut. El nu poate deveni un obiect; este veşnic subiect. Orice faci sau cunoşti, el nu este implicat, rămâne în umbră. Nu îl poţi cunoaşte. Când spun aceste lucruri, începi să te tulburi.

Însă când afirm acestea, mă refer la faptul că nu îl poţi cunoaşte ca pe un obiect. Eu te pot privi, dar oare mă pot privi şi pe mine în acelaşi mod? Este imposibil, deoarece pentru cunoaştere sunt necesare două lucruri – cunoscutul şi cunoscătorul.

Deci, când mă uit la tine, tu eşti cunoscutul, iar eu sunt cunoscătorul, astfel cunoaşterea există ca un pod. Dar unde să pun podul când încerc să mă cunosc pe mine? Acolo sunt doar eu – complet singur. Celălalt mal lipseşte, deci unde şi cum să creez podul? Cum mă pot cunoaşte?

Cunoaşterea de sine este un proces negativ. Tu nu te poţi cunoaşte în mod direct; însă poţi elimina obiectele cunoaşterii. Aşa că, elimină-le. Când nu mai există niciun obiect de cunoscut, când nu mai poţi cunoaşte nimic şi a rămas doar vidul, goliciunea – aceasta este meditaţia: doar o eliminare a tuturor obiectelor cunoaşterii – în acea clipă este dezvăluită conştiinţa. Acolo nu mai există decât cunoaşterea, dar nu mai este nimic de cunoscut. Rămâne doar simpla şi pura energie a cunoaşterii, fără să mai existe nimic de cunoscut. Obiectele au dispărut.

În acea stare în care nu mai există nimic de cunoscut, se spune – într-un anumit sens – că te cunoşti pe tine. Însă această *cunoaştere* este complet diferită de orice altă cunoaştere. Este greşit să foloseşti acelaşi cuvânt pentru amândouă. Au existat mistici care au afirmat că termenul

de cunoaştere-desine este contradictoriu. Cunoaşterea este întotdeauna a altuia; cunoaştereade-sine nu este posibilă. Însă atunci când nu mai există celălalt, se întâmplă un miracol. O poţi denumi cunoaştere-de-sine, însă cuvântul nu este tocmai potrivit.

Deci, orice cunoşti este supus transformării. Peste tot, chiar şi zidurile acestei încăperi se transformă. Acest lucru este confirmat chiar şi de ştiinţa fizică. Chiar şi un perete, care pare complet nemişcat, se află într-o mişcare continuă. Există un mare flux. Fiecare atom se mişcă. Totul se mişcă atât de rapid încât nu poţi detecta mişcarea. Acesta este motivul pentru care un zid pare nemişcător. Dimineaţa era într-un fel, la prânz este altfel, seara este deja complet diferit; ieri a fost altfel, mâine va fi complet diferit. Tu îl priveşti ca şi cum ar rămâne acelaşi, dar nu este. Ochii nu îţi sunt capabili să detecteze o mişcare atât de rapidă.

Priveşte un ventilator: dacă elicele se învârt foarte rapid nu vei fi capabil să observi spaţiile dintre palete, ci totul îţi va apărea ca un disc solid. Nu vei putea să îi detectezi mişcarea. El va părea staţionar; vei putea chiar să le atingi şi mâna nu îţi va intra printre palete, deoarece nu o poţi mişca atât de rapid cum se învârt paletele. Orice lucru care pare static sau nemişcat, de fapt se mişcă extrem de rapid – de aici şi aparenţa că ele sunt nemişcate.

Această sutra spune că totul este supus schimbării; totul este schimbare:

Aici este sfera schimbării... Întreaga filosofie a lui Buddha este bazată pe această sutra. Buddha spune că nimic nu este permanent, iar omul ar trebui să cunoască acest lucru.

E1 afirmă: „Schimbare, schimbare, schimbare – ţine minte întotdeauna!” De ce? Pentru că dacă îţi poţi aminti, atunci îţi va apărea detaşarea. Cum ai mai putea să fii ataşat când totul se transformă?

Priveşte un chip frumos. Când vezi un astfel de chip ai sentimentul că acesta va rămâne veşnic frumos. Înţelege bine acest lucru. Nu te aştepta niciodată ca el să rămână

aşa. Dacă ştii că mâine poate deveni urât, atunci cum ai mai putea să simţi vreun ataşament faţă de acesta? Este imposibil. Priveşte un corp: este viu – în următorul moment va fi mort. Poţi rămâne detaşat, dacă simţi schimbarea.

Buddha şi-a părăsit familia, iar când cineva l-a întrebat de ce a făcut-o, i-a răspuns: „Când nimic nu este permanent, care este folosul?” Copilul său a fost născut chiar în noapte în care şi-a părăsit familia. Buddha a intrat în camera soţiei pentru a-şi privi copilul. Şi-a văzut soţia dormind şi ţinându-l în braţe pe fiul său. A vrut să îşi ia la revedere, dar a rezistat şi a spus: „Care este folosul?”

În acea clipă un gând apăruse în mintea sa: „Copilul are doar câteva ore şi trebuie să îl privesc”. Însă imediat a spus: „Care este folosul? Totul se schimbă. Astăzi se naşte şi mâine va muri. Cu o zi înainte nu se afla aici. Acum este, dar va veni o zi când va dispărea. Deci, care este folosul? Totul este schimbător? Şi a plecat, s-a întors şi a plecat.

Când a mai fost întrebat de ce şi-a părăsit familia, a răspuns: „Eu caut ceea ce este neschimbător, pentru că dacă mă agăţ de efemer, atunci cu siguranţă va apărea suferinţa. Nimic nu rămâne la fel. Voi suferi. De aceea caut neschimbătorul. Viaţa are sens doar atunci când găseşti ceea ce este etern. Altminteri totul este superficial, inutil, zadarnic”. Întreaga sa învăţătură a fost bazată pe fenomenul transformării.

Sutra aceasta este minunată: *Prin intermediul schimbării*, *epuizează schimbarea*. Buddha însă nu ar fi vorbit niciodată de această a doua parte. Aceasta este tantrică. Buddha spune că trebuie doar să simţi schimbarea şi atunci nu te vei mai agăţa de ea. Iar când nu te mai ataşezi de ea, când părăseşti tot ceea ce este efemer, încet-încet te vei afunda în centrul fără de schimbare. Doar elimină tot ceea ce este supus transformării şi vei ajunge în centru – în centrul roţii. Acesta este şi motivul pentru care el a ales roata ca simbol al învăţăturii sale: roata se mişcă, dar centrul rămâne nemişcat. Samsara – lumea – se învârte ca o roată. Personalitatea este precum roata, iar esenţa interioară

este precum centrul pe care se învârte roata. Acesta este nemişcător.

Buddha afirmă că viaţa este schimbare. El ar fi fost de acord cu prima parte a sutrei. A doua parte însă este tantrică: *Prin intermediul schimbării, epuizează schimbarea*. Tantra nu te îndeamnă să părăseşti efemerul, ci să pătrunzi în el. Nu te agăţa, dar mişcă-te. De ce să îţi fie teamă? Mişcă-te în el, trăieşte-l. Permite-i să apară şi pătrunde în el. Consumă-l prin el însuşi.

Nu-ţi fie teamă, nu fugi. Cum ai putea să fugi? Schimbarea există pretutindeni. Unde vei fugi? Unde te vei duce?

Oriunde vei ajunge vei întâlni schimbare. Fuga este inutilă, deci nu încerca să fugi. Dar atunci ce poţi face? Nu te agăţa. Trăieşte, fii schimbarea. Nu crea o luptă. Mişcă-te odată cu ea. Râul curge; curgi şi tu odată cu el. Nici măcar nu te forţa să înoţi; permite-i râului să te ia cu el. Nu lupta; nu irosi energia în luptă; doar relaxează-te. Fii liniştit, relaxat şi curgi odată cu râul.

Ce se va întâmpla? Dacă poţi curge odată cu râul fără să te afli în conflict cu el, fără să îţi impui o direcţie proprie, brusc vei deveni conştient că tu nu eşti râul. Simte-l. Poţi încerca aceasta chiar cu o apă curgătoare. Relaxează-te şi permite-i râului să te ia cu el. Nu lupta; devino râul. Brusc vei simţi că râul te înconjoară, că este peste tot înjur, dar tu nu eşti râul.

Când lupţi, uiţi. De aceea tantra spune: *Prin schimbare*, *epuizează schimbarea*. Nu lupta. Nu este nevoie, deoarece în tine nu poate pătrunde schimbarea, efemerul. Aşa că, nu-ţi fie teamă. Trăieşte în lume. Să nu te temi, lumea nu poate pătrunde în tine. Trăieşte-o. Nu alege o cale sau alta.

Există două tipuri de oameni: unul care se agaţă de efemer şi altul care va încerca să fugă. Tantra spune că schimbarea oricum există, aşa că este inutil să te agăţi sau să fugi de aceasta. Care este folosul? Buddha spunea: „Care este folosul de a rămâne în lumea efemerului?” Tantra spune: „Care este folosul să fugi de lumea

efemerului?”

Ambele opţiuni sunt inutile. Mai bine permite-i să apară. Chiar şi atunci când nu existai, lumea tot se transforma; când nu vei mai fi, lumea va continua să se transforme – deci, de ce să te tulbure prea mult acest lucru?

Epuizează efemerul prin efemer. Acesta este un mesaj foarte profund. Consumă furia prin furie, consumă sexul prin sex, consumă mânia prin mânie, samsara prin samsara. Nu lupta, fii relaxat, deoarece lupta este cea care creează tensiuni, tulburări, temeri. Permite-i lumii să fie aşa cum este.

Există două tipuri de persoane. Unul nu permite lumii să fie aşa cum este. Acest gen de oameni sunt numiţi revoluţionari. Ei se vor lupta să o schimbe, îşi vor distruge vieţile doar încercând să o schimbe, când lumea deja se schimbă. Schimbarea nu are nevoie de ei. Aceştia vor lupta, vor răbufni pentru a impune schimbarea, când aceasta oricum se produce. Nu este nevoie de niciun fel de revoluţie. Lumea este o revoluţie; ea se transformă în permanenţă.

Poate că mulţi se întreabă de ce în India nu au existat mari revoluţionari. Chiar datorită înţelegerii faptului că totul este supus schimbării. De ce să îţi faci griji pentru a o schimba? Tu nici nu poţi să o schimbi şi nici nu poţi să o opreşti din schimbare. Ea este schimbătoare. De ce să-ţi iroseşti viaţa fără rost?

În ochii religiei, o astfel de personalitate este văzută ca fiind nevrotică.

Chiar aşa şi este; unui astfel de om îi este frică de el însuşi şi de aceea devine obsedat de lume. Statul, guvernul, societatea, structura, economia, toate trebuie schimbate; va fi atât de obsedat încât nu va avea niciodată un moment de extaz în care să se poată cunoaşte pe sine. Lumea va continua, iar roata se va învârti în continuare. Lumea a avut de a face cu foarte mulţi revoluţionari şi ea totuşi continuă să se mişte. Tu nici nu poţi opri şi nici nu poţi accelera schimbarea.

Iată atitudinea mistică: nu este nicio nevoie să schimbi lumea. Dar chiar şi această atitudine este împărţită în două. Unii vor spune că nu este nevoie să schimbi lumea, dar este imperativ să te transformi pe tine. Acest tip de asemenea crede în schimbare – nu a lumii, ci a ta.

Tantra spune că nu este nevoie să schimbi pe nimeni – nici lumea şi nici pe tine. Aceasta este esenţa, miezul cel mai profund al misticismului. Trebuie doar să cunoşti faptul că totul este efemer şi supus transformării, iar tu nu trebuie decât să pluteşti şi să te relaxezi în schimbare.

Iar în clipa în care nu mai există niciun efort orientat către a schimba ceva, atunci te poţi relaxa total. Prin efort nu te poţi relaxa, acesta va crea tensiuni, deoarece în viitor ştii că se va întâmpla ceva valoros – lumea se va schimba. Lumea va deveni comunistă sau capitalistă, sau vei intra în împărăţia lui Dumnezeu. Undeva în paradis, îngerii te aşteaptă pentru a-ţi ura bun venit – dar acest „undeva” este viitorul. Printr-o asemenea atitudine vei fi tulburat, tensionat.

Tantra spune să uiţi de ea. Lumea deja se schimbă şi tu odată cu ea. Schimbarea stă la baza existenţei, aşa că nu trebuie să îţi faci griji în această privinţă. Schimbarea se produce şi fără tine; nu îi eşti necesar. Tu doar pluteşti în ea fără să ai nicio grijă faţă de viitor şi brusc, în mijlocul schimbării, vei deveni conştient de centrul interior care nu se schimbă niciodată, care a rămas întotdeauna acelaşi – la fel, neschimbat. De ce se întâmplă acest lucru? Pentru că în relaxare fundalul schimbător îţi oferă un contrast prin care poţi observa neschimbătorul. Dacă faci un efort cât de mic de a transforma lumea sau pe tine, atunci nu îţi mai poţi privi centrul nemişcător. Eşti atât de obsedat de schimbare, încât nu mai eşti capabil să vezi ceea ce trebuie.

Schimbarea există peste tot în jur. Aceasta devine fundalul, iar tu eşti relaxat. În minte nu mai există nici măcar un singur gând despre viitor. Eşti aici-acum; această clipă este totul. Totul se schimbă şi brusc devii conştient

de acel punct dinăuntrul tău care este veşnic neschimbat. *Prin schimbare, epuizează schimbarea*. Aceasta este esenţa.

Nu lupta. Prin moarte devino nemuritor; prin moarte permite-i nemuririi să apară. Nu lupta cu ea. Este dificil de înţeles o astfel de atitudine tantrică, deoarece aceasta este o non-acţiune, iar mintea doreşte întotdeauna să facă ceva.

Aceasta este doar o relaxare, nu o activitate – este unul dintre cele mai mari şi mai ascunse secrete. Dacă poţi simţi ceea ce spun, atunci nu mai trebuie să te oboseşti cu nimic altceva. Această tehnică îţi poate oferi totul.

Atunci nu mai ai nevoie să faci nimic, deoarece ai ajuns să cunoşti secretul că, prin fenomenul schimbării, schimbarea însăşi poate fi transcensă: prin moarte, moartea însăşi poate fi transcensă; prin sex, sexul însăşi poate fi transcens; prin furie, furia însăşi este transcensă. Acum ai ajuns să cunoşti marele secret: prin otravă, otrava însăşi poate fi transcensă.

44. SECRETE ALE IUBIRII ŞI ELIBERĂRII

28. III. 1973, Bombay

ÎNTREBĂRI:

1. De ce omul modern a devenit incapabil de iubire?

2. Pentru a realiza centrul, este cumva necesar să înceteze mişcarea de la periferie?

3. Nu este dificil să dizolvi schimbarea prin schimbare fără ca acolo să apară anxietatea şi dezamăgirea?

4. Care este atitudinea tantrică faţă de rezolvarea tensiunilor şi eforturilor din viaţa trăită într-un oraş modern?

1. Referitor la afirmaţia ta că tantra este o tehnică a iubirii, te rog explică de ce femeia şi bărbatul din zilele noastre au devenit incapabili de iubire?

Iubirea este spontană. Ea nu poate fi controlată. Tu nu poţi „face” iubire; nu poţi face nimic în privinţa ei. Iar cu cât încerci să faci mai mult, cu atât o pierzi mai repede. Trebuie să îi permiţi să apară. Prezenţa ta este o piedică în apariţia ei. Cu cât eşti mai absent, cu atât mai bine. Când

tu nu eşti, ea apare. Bărbatul şi femeia modernă au devenit incapabili de iubire datorită incapacităţii de a fi absenţi. Ei sunt capabili doar să întreprindă ceva. Mintea modernă, în totalitate, este capabilă doar de activitate. Omul modern poate întreprinde orice, mult mai eficient decât oricine din trecut. Ne aflăm în secolul cel mai eficient; am transformat totul în tehnologie – într-o problemă de „cum”. Am dezvoltat dimensiunea acţiunii, dar totodată am pierdut enorm.

Cu preţul pierderii fiinţei, a existenţei, noi am învăţat cum să facem tot felul de lucruri. Aici însă apare problema iubirii, deoarece aceasta nu poate fi „făcută”. Şi aici nu este vorba doar despre iubire.

De exemplu, meditaţia: am devenit incapabili de ea. Sau de joacă: nu mai ştim să ne jucăm. Sau de bucurie şi fericire. Acestea nu sunt acţiuni pe care să le poţi manipula. Dimpotrivă, nu trebuie să faci nimic, doar să fii acolo. Atunci îţi apare bucuria, fericirea, iubirea – acestea încep să te învăluie şi să te „posede”. Datorită sentimentului de posesiune începem să ne temem de ele.

Omul şi mintea sa modernă vrea să posede totul şi să nu fie posedat de nimic.

Fiecare vrea să fie stăpân peste orice, dar aceasta nu se poate decât faţă de lucruri – nu şi asupra unui fenomen spontan, viu. Poţi stăpâni o casă sau o maşină, dar nu şi ceva viu. Viaţa nu poate fi stăpânită, posedată. Dimpotrivă, trebuie ca tu să fii posedat de ea. Doar atunci te poţi afla cu adevărat în contact cu ea.

Iubirea este viaţă şi este mult mai măreaţă decât tine. Tu nu o poţi poseda. Aş dori să repet: iubirea este mult mai mare decât tine şi tu nu o poţi poseda. Nu îi poţi permite decât să te posede; ea nu poate fi controlată. Ego-ul modern vrea să controleze totul şi din această cauză devii se eriat de tot ce nu poţi controla. Îţi este frică şi închizi uşa. Datorită fricii te izolezi compl et de acea dimensiune minunată. Prin iubire nu te mai poţi afla la pupitrul de comandă, iar tendinţa predominantă în acest secol a fost aceea de a învăţa cum să controlezi totul. Peste

tot în lume, în special în Occident, există tendinţa de a controla natura, energiile, totul.

Omul a devenit un stăpân. Bineînţeles că doar lucrurile pot fi posedate, dar astfel îţi dezvolţi o incapacitate de a avea şi acele lucruri ce nu pot fi posedate. Poţi poseda bani, dar nu şi iubirea. Iar datorită acestui fapt, am transformat tot ce este fiinţa într-un lucru. Transformi chiar şi persoanele în lucruri, deoarece atunci le poţi poseda. Când iubeşti, nu mai poţi stăpâni acea persoană; nimeni nu poate. Când două persoane se iubesc nimeni nu este stăpânul – nici iubita şi nici iubitul. De fapt, iubirea este stăpânul, iar amândoi sunt „posedaţi” şi învăluiţi de o forţă imensă mult mai măreaţă decât ei. Dacă vor încerca să se posede unul pe celălalt, atunci vor pierde iubirea. Ei se vor transforma în soţi moderni. Atunci se pot poseda, deoarece nu mai sunt persoane, ci lucruri. Doar nişte entităţi moarte, etichete legale – nu sunt vii.

Noi continuăm să transformăm persoanele în lucruri doar pentru a le poseda şi apoi ne simţim frustraţi – deoarece voiam să controlăm o persoană, iar aceasta nu poate fi posedată. Când posezi o persoană, aceasta devine un lucru. Priveşte contradicţia: poţi fi satisfăcut doar de persoane şi niciodată de lucruri, dar mintea doreşte să posede şi atunci transformă persoanele în lucruri. Astfel, nu mai poţi fi satisfăcut şi imediat se instalează pe tron frustrarea.

Atitudinea de a poseda a ucis capacitatea de a iubi. Nu gândi în termeni de posesivitate. Aceasta este devoţiunea: îţi permiţi să fii „posedat” de altceva mai măreţ decât tine. Nu vei mai controla nimic. Nu tu vei fi cel care va impune direcţia. Nu tu îţi vei alege destinul, scopul, ţelul. Viitorul este necunoscut şi nu te mai poţi afla în siguranţă. Vei începe să te temi.

Dacă îţi apare teama şi începi să te simţi în nesiguranţă, atunci este mai bine să nu te implici cu forţe măreţe. Lucrează cu forţe mai mici decât tine; atunci tu vei fi stăpânul şi tu vei fi cel care alege ţelul. Vei reuşi să ajungi la scopul propus, dar nu vei câştiga nimic din el.

Doar îţi vei fi pierdut viaţa.

Secretul iubirii şi al rugăciunii, secretul a orice te poate împlini, este abandonul – capacitatea de a te lăsa „posedat”. Iubirea nu apare tocmai datorită absenţei acestei capacităţi. Desigur, mai sunt şi alte în otive, dar acesta este principal. Un alt motiv ar fi acela că fiecare pune prea mult accentul pe intelect, pe raţiune. Capul a devenit mai mare decât inima. Iar iubirea nu este

O capacitate a intelectului. Aceasta are un centru diferit, o sursă diferită – inima şi nu raţiunea. Însă întreaga educaţie modernă este bazată pe logică, pe intelect, pe raţiune. Despre inimă nici măcar nu se vorbeşte. Aceasta este negată; este considerată o ficţiune poetică.

Dar nu este! Este o realitate! Priveşte: dacă un copil este crescut fără să

I se antreneze mintea, raţiunea sau intelectul, va avea el un intelect? Nu.

Au existat asemenea cazuri. În urmă cu zece ani un copil s-a rătăcit prin pădure şi a fost găsit de-abia în zilele noastre. Acum avea 14 ani, dar nici măcar nu putea să stea în două picioare – alerga pe toate cele patru membre. El a supravieţuit în pădure în compania lupilor. S-a cunoscut acest fapt deoarece în tot ce făcea se comporta exact ca un lup. S-a încercat să i se dea numele de Rama, dar i-au trebuit şase luni doar ca să îl înveţe. După un an a murit, iar cercetătorii au afirmat că aceasta s-a datorat unei încordări prea mari a intelectului. Tot ceea ce i s-a impus: să stea în două picioare, să mănânce cu mâna, să memoreze numele – efortul de a-l face să devină o fiinţă umană este cel care l-a ucis.

Când a fost prins era chiar mai sănătos decât o fiinţă umană. Educaţia însă l-a ucis. În şase luni nu a reuşit decât să înveţe să răspundă cum îl cheamă. Inteligenţa sa se rezuma doar la acest nume „Rama”. Timp de şase luni a fost supus la tot felul de condiţionări şi impuneri pentru a deveni uman, dar nu s-a reuşit. Dacă nişte fiinţe de pe altă planetă l-ar fi întâlnit, ar fi gândit că oamenii de pe această planetă nu au raţiune, inteligenţă.

Acelaşi lucru s-a întâmplat cu inima. Fără un antrenament este ca şi cum nu ar exista. Ea a fost complet neglijată, iar iubirea este o funcţie a inimii. Omul modern nu mai are inimă şi de aceea nu mai poate iubi. Iubirea nu se rezumă doar la nişte calcule matematice. Iubirea nu are de-a face cu nimic cu logica. O activitate are nevoie de raţiune, dar nu şi iubirea.

În iubire renunţi complet la raţiune. De aceea se spune că cel care iubeşte „cade" în mrejele iubirii. De unde cade? Din cap spre inimă. Acesta este totuşi un termen contradictoriu – „căzând în iubire" (din englezul „fall in love") – deoarece capul, raţiunea nu poate considera aceasta decât o condamnare. În cele din urmă este o cădere.

Este iubirea o cădere sau o înălţare? Prin iubire te extinzi sau te restrângi? Cu iubirea devii mai mult! Conştiinţa ta se dilată, sentimentele se dezvoltă, senzaţia extatică înfloreşte. Cu alte cuvinte eşti mai viu, doar un singur lucru scade: raţiunea. Iubirea nu poate fi raţionată, gândită; ea este oarbă în ceea ce priveşte raţiunea.

Inima are propria sa raţiune, proprii săi ochi – dar acestea sunt cu totul altceva. Datorită faptului că acolo nu există ochii raţiunii, intelectul spune că este o cădere.

Până când centrul inimii nu începe să funcţioneze din nou, omul nu va fi capabil să iubească. Toată suferinţa existentă se datorează faptului că nu există iubire. Viaţa pare lipsită de sens până când nu apare iubirea. Iubirea este cea care îi dă semnificaţie. Până când nu vei iubi, vei simţi că trăieşti fără rost, zadarnic, iar sinuciderea va apărea ca fiind singurul lucru atrăgător. Atunci ai dori să pui capăt acestei existenţe mizerabile.

Nu poţi tolera faptul că doar exişti. Ea trebuie să aibă un rost. Te gândeşti: „De ce să continui să trăiesc fără niciun rost? De ce să repet acelaşi lucru în fiecare zi? De ce? Până acum am făcut mereu aceleaşi lucruri şi ce s-a întâmplat? Doar moartea este cea care mă poate elibera de aceleaşi rutine lipsite de sens". Deci, care este sensul? Iubirea. Nu este vorba că prin iubire va apărea un sens în

existenţă – nu! Prin iubire, fiecare moment va deveni valoros în el însuşi. Atunci nu vei mai putea pune astfel de întrebări. Când cineva te întreabă care este sensul vieţii, atunci să ştii că aceluia, cu siguranţă, îi lipseşte iubirea. El nu a putut să înflorească într-o experienţă de iubire. Cel care iubeşte nu va întreba niciodată care este sensul vieţii. Acela îi cunoaşte sensul; nu este nevoie să mai întrebe. El îi cunoaşte sensul! Chiar îl trăieşte: iubirea este sensul vieţii.

Iar prin iubire, rugăciunea devine posibilă, deoarece şi aceasta este tot o relaţie de iubire – nu între doi indivizi, ci între un individ şi existenţa în sine.

*

Întreaga existenţă devine iubita sau iubitul tău. Însă este posibil doar prin iubire să creşti spre meditaţie sau rugăciune. Extazul ultim este la fel ca iubirea. De aceea Iisus spune: „Dumnezeu este iubire” şi nu: „Dumnezeu este iubitor”.

Creştinii însă au interpretat că Dumnezeu este bun şi iubitor. Nu acesta este înţelesul, Iisus a spus că Dumnezeu este iubire. El echivalează iubirea şi pe Dumnezeu. Poţi spune „iubire” sau poţi spune „Dumnezeu” – ambele înseamnă acelaşi lucru. Dumnezeu nu este iubitor; este iubirea însăşi. Dacă poţi iubi, ai intrat în Divin. Iar când iubirea ta a crescut în asemenea măsură încât nu mai priveşte pe cineva anume – când a devenit un fenomen care se răspândeşte peste tot; când pentru tine nu mai există iubit sau iubită; când întreaga existenţă a devenit iubitul sau iubita ta – atunci aceasta a devenit rugăciune.

Iar tantra este o metodă de iubire. Primul lucru este să iubeşti, apoi să creşti în iubire, astfel ca aceasta să devină rugăciune. Însă trebuie să începi să iubeşti. Şi nu te teme de iubire. Frica este de fapt faţă de inimă. Capul este viclean; inima este inocentă. Prin cap te simţi protejat; prin inimă devii deschis şi vulnerabil. Se poate întâmpla orice.

Acesta este şi motivul pentru care noi am devenit atât de închişi.

Frica este prezentă în fiecare: dacă eşti vulnerabil ţi se poate întâmpla orice: oricine te poate păcăli. Prin minte, tu îi poţi păcăli pe alţii. Nu închide inima. Fii pregătit să fii păcălit. Nu închide inima! Această vulnerabilitate este foarte valoroasă, deoarece nu vei pierde nimic prin ea. Iar dacă eşti pregătit să fii păcălit mereu, doar atunci poţi crede în inimă. Fii calculat, viclean şi vei pierde inima. Omul modern este atât de educat încât nu mai poate iubi.

Mai demult, femeile nu erau raţionale. Astăzi însă, au început să îl copieze pe bărbat. Iar mai devreme sau mai târziu vor deveni la fel ca bărbaţii, poate chiar îi vor depăşi. Şi astfel ele devin incapabile de iubire. Pot forma tot felul de organizaţii de genul „Mişcarea pentru Emanciparea Femeilor", dar aceasta nu este o orientare spre inimă. Este doar o copie a aceleiaşi stupidităţi pe care a practicat-o şi bărbatul. Poţi ajunge la cealaltă extremă, însă printr-o reacţie nu faci altceva decât să copiezi.

Există o criză foarte mare. Este dificil să previi femeile să nu îi copieze pe bărbaţi. deoarece ei par a reuşi în tot ceea ce fac. Într-un fel au succes; au devenit stăpâni asupra lucrurilor. Bărbaţii simt că au cucerit natura – „succesul străluceşte; nimic nu prinde mai bine decât succesul".

Femeile vor să îi copieze pe bărbaţi. Însă ele pierd din vedere un lucru: bărbaţii şi-au pierdut inima – nu mai pot iubi. Raţiunea singură este periculoasă. Inima trebuie să fie mai presus decât raţiunea, deoarece raţiunea nu este decât un instrument, iar inima este chiar fiinţa ta. Inimii trebuie să i se permită să folosească raţiunea – nu invers. Însă în prezent, intelectului i se permite să domine, iar prin această dominare el a ucis inima.

Ţine minte şi acest al treilea lucru care a contribuit la incapacitatea omului de a iubi. În fond, iubirea este un fel de nebunie, un fel de dizolvare a ego-ului, o participare profundă cu natura. Iubirea este primară. Tu eşti născut din iubire; fiecare celulă din tine este o celulă de iubire. Energia ta, energia vieţii tale este o energie a iubirii. Tu exişti în ea, însă în ea nu există niciun fel de ego. Nu poţi

simţi „eu”. Această energie este inconştientă şi când pătrunzi în iubire tu devii inconştient. Doar un infim fragment din minte este conştient, iar ego-ul există tocmai în acel fragment.

Mintea are trei nivele. Primul este inconştientul: când dormi profund fără vise te afli în acest prim nivel. Copilul din pântecul mamei este complet inconştient. El nu este conştient de faptul: „Eu sunt separat de mamă” – pur şi simplu face parte din ea. Acolo nu există o existenţă separată şi definită. El este nediferenţiat de mamă şi de existenţă. Frica nu există, deoarece aceasta apare doar atunci când devii conştient de tine. Copilul este complet liniştit – este inconştient.

Al doilea nivel este cel al conştientului. Acesta este infim. O zecime din inconştient a devenit conştient în tine, cu ajutorul familiei, educaţiei, societăţii. Lupta pentru supravieţuire a făcut să fie necesară conştienţa. Însă această parte infimă oboseşte foarte repede: de aceea ai nevoie de somn.

În somn devii din nou un copil în pântecul mamei. Conştientul a dispărut şi a devenit parte din inconştient. De aceea somnul este atât de reconfortant. Dimineaţa te simţi din nou viu, proaspăt, deoarece ai reintrat în pântecul mamei.

Poate că nu ai observat… Priveşte pe cineva care doarme profund. Mai mult sau mai puţin acesta se va afla într-o poziţie asemănătoare cu cea din pântecul mamei. Printr-o poziţie potrivită, somnul poate apărea foarte repede. Dacă se întâmplă să nu poţi adormi, simte-te ca şi cum te-ai afla în pântecul mamei; doar imaginează-ţi. În acea poziţie, somnul se va instala foarte rapid. Ai nevoie de căldură, altminteri somnul îţi va fi tulburat.

De aceea, dacă bei un pahar cu lapte cald înainte de a adormi acesta te va ajuta. Atunci devii ca un copil ce se află la sânul mamei. Printr-un lucru atât de banal – un pahar cu lapte cald – revii înapoi la copilărie şi adormi. Atunci somnul te va reîmprospăta. De ce este necesar somnul? Deoarece mintea conştientă oboseşte. Ea este

doar o parte a inconştientului şi trebuie să revină înapoi în întreg pentru a se reînviora. Acesta este şi motivul pentru care te simţi bine dimineaţa. După amiaza nu o mai simţi ca fiind la fel de minunată ca dimineaţa. Acum ai pierdut ochii inocenţi care îi aveai dimineaţă. Iar seara devine complet urâtă, deoarece eşti complet obosit.

Ai trăit prea mult în conştient. Acest conştient are ca centru ego-ul. Acestea sunt cele două stări normale pe care noi le cunoaştem. A treia stare – de care se ocupă yoga şi tantra este supraconştientul. „Supraconştient”.

Înseamnă că întregul inconştient a devenit conştient. În inconştient eşti total şi acolo nu există niciun ego. În supraconştient de asemenea nu există niciun ego; eşti total. Între ele, mintea conştientă are un centru – ego-ul.

Acest ego este problema; el este cel care creează probleme. Nu poţi iubi, deoarece va trebui să cazi în inconştient – aşa cum exişti în somn. Sau, dacă vrei să te ridici spre rugăciune va trebui să devii total conştient – ca Buddha sau Meera.

Ego-ul este cel care creează bariera. Nu te poţi pierde pe tine, iar iubirea înseamnă dispersare, dizolvare, topire. Dacă te topeşti în inconştient – aceasta este iubire; dacă te topeşti în supraconştient, aceasta este rugăciune – însă în ambele există o dispersare, o dizolvare. Deci, ce trebuie făcut? Ţine minte că tu nu poţi face nimic. Trebuie subliniat: nu poţi face nimic în privinţa iubirii sau a rugăciunii. Mintea conştientă este neputincioasă. Mintea este cea care trebuie înlăturată. Şi apoi, abandonarea; oricând doreşti să te afli dincolo de tine, abandonarea este calea – în iubire sau în rugăciune.

Ori de câte ori doreşti să te afli dincolo, atunci abandonarea, dăruirea este calea. Permite-i să ţi se întâmple; nu manipula. Şi odată ce ştii cum să fi accesibil, multe lucruri minunate se vor întâmpla. Poate că nici nu eşti conştient de posibilităţile tale, de energia uriaşă pe care o ai în tine, care poate exploda într-un extaz. Întreaga ta viaţă va fi plină de conştiinţă, lumină şi fericire, dar tu nu cunoşti aceasta.

Este ca şi cum flecare atom ar fi o bombă atomică: când explodează un atom, acolo va fi eliberată o energie imensă. Şi fiecare inimă este o bombă atomică. Dacă aceasta explodează în iubire sau rugăciune va fi eliberată o energie imensă.

Trebui să explodezi şi să te pierzi pe tine. Sămânţa trebuie să dispară; doar atunci este născut copacul. Iar dacă sămânţa rezistă şi spune: „Nu, eu trebuie să supravieţuiesc" – atunci ea va supravieţui, însă copacul nu se va naşte niciodată. Iar până când acesta nu va creşte, sămânţa va fi frustrată, deoarece sensul existenţei ei este copacul. Sămânţa se va simţi frustrată! Ea se poate simţi satisfăcută doar când copacul înfloreşte. Însă pentru asta sămânţa va trebui să moară.

Omul modern a devenit incapabil de iubire, deoarece el a devenit incapabil de moarte. El nu poate muri faţă de nimic. Se agaţă de viaţă cu disperare.

În limba engleză veche – acum 300 – 400 de ani – era folosită o expresie în care iubitul îi spunea iubitei: „Vreau să mor în tine". Era o expresie de iubire. Este minunată! „Vreau să mor în tine". Iubirea este o moarte – o moarte a ego-ului. Doar atunci se poate manifesta sinele tău real. Omul modern este foarte înfricoşat de moarte, însă dăruirea este ca o moarte, iubirea este moarte şi viaţa este o moarte continuă. Dacă îţi este teamă, vei pierde viaţa însăşi.

Fii pregătit să mori în orice moment. Mori în trecut, mori în viitor şi mori în momentul prezent. Nu te agăţa şi nu rezista. Nu face niciun efort pentru viaţă şi vei avea o viaţă abundentă. Viaţa îţi va apărea dacă eşti pregătit să mori. Pare paradoxal, dar aceasta este o lege. Iisus spune că cel care este pregătit să piardă va câştiga şi cel care se agaţă de câştig va pierde totul.

2. Ieri seară ai spus că periferia se transformă întotdeauna, în timp ce centrul interior este etern nemişcat. Pentru a realiza acest centru este necesar ca mişcarea periferică să înceteze? Poate fi aşa? Cum şi când?

Nu ai înţeles nimic. Tot ce am vrut să spun este să nu

faci niciun efort pentru a schimba periferia. Permite-i periferiei să existe aşa cum este. Şi tu nu o poţi schimba. Aceasta este natura ei – să se transforme şi să se mişte. Nu o poţi face să rămână statică. Natura este un flux. Aşa este ea; nu o poţi face statică. Nu-ţi pierde timpul şi viaţa încercând s-o faci statică. Doar cunoaşte-o ca o schimbare. Fii martorul ei şi vei ajunge să simţi centrul cel mai interior care este veşnic neschimbat. Lumea este schimbare, personalitatea, corpul – mintea este schimbare, dar tu nu eşti. Care-i folosul să te lupţi cu schimbarea? Nu este nevoie!

Tantra te îndeamnă să te restabileşti în centrul tău, să fii conştient de centrul neschimbător şi să-i permiţi existenţei să se mişte. Ea nu este deloc o tulburare. Devine o tulburare doar dacă te agăţi de ea sau dacă încerci s-o faci să fie nemişcată. Atunci cazi în absurditate, în eforturi prosteşti.

Prin asta nu vei reuşi nimic şi cu siguranţă vei da greş. Cunoaşte bine faptul că viaţa este o transformare, dar undeva în interiorul acesteia există un centru nemişcător. Doar devino conştient de acest lucru. Această conştientizare este îndeajuns pentru a te elibera. Chiar acest sentiment că „eu sunt neschimbător” eliberează. Acesta este adevărul. Îl cunoşti şi eşti diferit.

Nu lupta cu umbre! Şi întreaga viaţă este o umbră, deoarece schimbarea nu este altceva decât o umbră. Neschimbătorul este realul; schimbătorul este irealul. Deci nu întreba dacă schimbarea şi mişcarea periferică trebuie să fie forţată să înceteze pentru ca să poţi realiza centrul. Nu este nevoie şi nici nu poţi face asta. Schimbarea nu poate înceta! Lumea merge mai departe; doar că nu va merge şi în tine. Tu poţi rămâne în lume, dar nu este necesar ca şi lumea să fie în tine. Nu lumea este tulburarea. Dacă te implici în ea, dacă devii schimbarea, atunci aceasta creează probleme.

Problemele nu sunt create de periferia schimbătoare. Ele sunt create de identificarea: „eu sunt această schimbare”. Te îmbolnăveşti; nu boala este adevărata

tulburare. Când simţi că „eu m-am îmbolnăvit” – aceasta este o tulburare. Dacă poţi fi un martor al acestei boli, dacă poţi simţi că boala se întâmplă undeva la periferie – nu ţie, ci altcuiva şi tu eşti doar un observator – atunci chiar dacă moartea va apărea, tu vei fi doar un martor.

Alexandru Cel Mare se întorcea din India. Nişte prieteni l-au rugat să aducă cu el când se întoarce un sannyasin indian. Ei i-au spus: „Când te întorci, să nu uiţi să aduci şi un sannyasin. Vrem să vedem cum este el – ce fel de om este cel care poate renunţa la lume. Vrem să ştim ce se întâmplă cu unul care renunţă la toate dorinţele, ce fel de fericire are cel care nu mai este înlănţuit de foame, sete şi altele”.

Alexandru şi-a adus aminte de această rugăminte în ultimul moment. Le-a spus soldaţilor să se ducă să caute un sannyasin. Soldaţii s-au dus în oraş şi au întrebat un bătrân. Acesta le-a spus: „Da, este un sannyasin pe aici, un mare sannyasin, dar va fi dificil. Va fi dificil pentru Alexandru să-l convingă să meargă cu el în Atena”.

Dar soldaţii, ca soldaţii, au spus: „Nu te îngrijora de asta. Noi putem forţa pe oricine. Doar spune-ne unde este. Ştim noi cum să-l aducem cu forţa, deci nu-i nevoie de convingere. Dacă Alexandru vrea chiar şi un oraş întreg trebuie să-l urmeze, deci ce să mai zici atunci de un singur sannyasin?”

Bătrânul a început să râdă şi soldaţii nu înţeleseseră motivul. În cele din urmă l-au găsit gol pe un banc de nisip. Ei i-au spus: „Alexandru a ordonat să vii cu noi. Nu-ţi va lipsi nimic, vei fi un oaspete regal. Dar trebuie să vii cu noi la Atena”.

Sannyasinul a râs şi a răspuns: „Va fi foarte dificil pentru acest Alexandru al vostru să mă ia cu el. Nicio forţă din lumea aceasta nu mă poate forţa să o urmez. Voi nu sunteţi capabili să înţelegeţi şi este mai bine să vină aici chiar Alexandru”.

Când a auzit spusele sannyasinului, Alexandru s-a tulburat, s-a simţit jignit, dar a vrut să-l vadă pe acest om care a îndrăznit aşa ceva. A venit cu sabia scoasă şi i-a

spus: „Dacă mă refuzi, îţi vei pierde imediat viaţa. Îţi voi tăia capul” Numele acestui sannyasin – conform jurnalelor ţinute de Alexandru cel Mare – era Dandamesh.

Dandamesh a râs şi a zis: „Ai venit cam târziu. Nu mă mai poţi omorî, deoarece eu m-am omorât singur. Este cam târziu, îmi poţi tăia capul, dar nu mă poţi tăia pe mine, deoarece am devenit un martor. Deci când acest cap va cădea, tu îl vei vedea căzând, dar şi eu îl voi vedea căzând. Nu mă poţi tăia pe mine; nici nu mă poţi atinge. Deci nu mai pierde timpul, taie! Ridică-ţi sabia şi taie-mi capul”.

Alexandru nu l-a putut omorî. Era imposibil tocmai pentru că era ceva fără rost. Omul se afla dincolo de moarte, era imposibil să-l omori. Poţi fi omorât doar dacă te agăţi de viaţă. Această agăţare de mecanismele schimbătoare te face muritor. Dacă nu te agăţi, eşti aşa cum ai fost întotdeauna – nemuritor. Nemurirea este fiinţa ta, este dreptul tău la naştere; aceasta a existat dintotdeauna. Devii muritor doar prin agăţare. Deci nu este nicio nevoie să forţezi periferia să devină statică. Nu este nicio nevoie şi tu nu poţi să o faci statică. Ea va continua, roata se va învârti. Tot ce poţi face este să cunoşti că tu nu eşti roata. Tu eşti centrul, eşti axul, nu roata.

3. Aşa cum există omul, nu este dificil pentru el să dizolve schimbarea prin schimbare, sexul prin sex, etc., fără apariţia ataşamentelor şi a unor consecinţe precum anxietatea şi dezamăgirea?

Omul, aşa cum este el poate să facă ceea ce spui. Tehnica despre care am vorbit şi care îndemna la epuizarea schimbării chiar prin ea însăşi este pentru omul obişnuit. Tantra este un medicament pentru tine – şi pentru toţi cei care sunt bolnavi. Aşa că, nu te gândi că nu este bună pentru tine. O poţi practica, dar va trebui să înţelegi esenţa vorbelor mele, atunci când spun că există posibilitatea să cazi în ataşament, după care să urmeze frustrarea şi altele. Nu ai înţeles. Epuizează schimbarea, prin schimbare – îndeamnă la non-luptă. Chiar dacă apare ataşamentul, nu lupta cu el. Fii ataşat, dar totodată fii şi un

observator.

Lasă ataşamentul să existe; nu lupta cu el. Tantra este un proces non – conflictual. Nu lupta! Frustrarea va apărea, bineînţeles, aşa că fii frustrat. Însă fii şi un martor. La început eşti ataşat, dar eşti un observator. Acum va apărea frustrarea. Fii frustrat, dar continuă să observi. Atunci le vei consuma pe amândouă prin ele însele.

Încearcă atunci când te simţi mizerabil. Fii mizerabil; nu lupta.

V /V

Încearcă! Este minunat! Închide-ţi uşile şi stai în acea stare. Acum ce poţi face? Fii total mizerabil. Brusc, vei deveni conştient de suferinţă. Dacă încerci să o schimbi nu vei deveni niciodată conştient de ea, deoarece efortul, energia, conştiinţa ta este îndreptată spre schimbare, spre transformarea suferinţei.

Vei începe să te gândeşti cum a apărut şi cum să încerci să o schimbi, însă pierzi o experienţă magnifică – chiar a suferinţei însăşi.

Acum te gândeşti la cauze şi la consecinţe, te gândeşti la metoda prin care să o transformi, să o uiţi, să o depăşeşti. Astfel, pierzi suferinţa însăşi, chiar elementul care te poate elibera. Nu face nimic. Nu analiza nimic: nici cum a fost creată şi nici ce consecinţe vor urma. Ele vor urma, deci le poţi vedea mai târziu. Nu este nicio grabă. Fii mizerabil, pur şi simplu – nu încerca să o transformi.

Încearcă următorul lucru: observă pentru câte minute poţi rămâne suferind. Vei începe să râzi; atunci vei observa că centrul tău este dincolo de suferinţă. Acest centru nu poate fi niciodată suferind sau mizerabil – este imposibil! Suferinţa va deveni un fundal, iar centrul va ieşi în faţă. Atunci vei fi suferind şi, totuşi, nesuferind: acelaşi ne acelaşi. Acum consumi suferinţa prin suferinţă. Acesta este înţelesul. Tu nu faci nimic, doar epuizezi suferinţa prin suferinţă. Ea va dispărea, se va risipi precum norii şi acolo nu va rămâne decât cerul limpede şi deschis, iar tu vei începe să râzi – şi totuşi nu ai făcut nimic. Nici nu poţi face ceva; dacă încerci să acţionezi, nu vei reuşi decât să

creezi mai multă confuzie şi mai multă suferinţă.

Cine a creat acea suferinţă? Tu, iar acum încerci să o modifici. Va fi mai rău. Tu eşti creatorul suferinţei. Tu eşti sursa, iar acum sursa încearcă altceva. Ce poţi face? Pacientul se tratează singur de boala pe care şi-a creato. Deja se gândeşte la chirurgie. Este o curată sinucidere. Nu acţiona, nu întreprinde nimic. Interiorul este foarte adânc. De multe ori ai încercat să modifici sau să transformi suferinţa şi nu ai reuşit. Acum încearcă să nu mai faci nimic; permite-i deprimării sau suferinţei să existe în totalitatea ei. Permite-i să apară în deplina ei intensitate şi stai. Doar fii cu ea şi vezi ce se întâmplă.

Viaţa este schimbare. Chiar şi Himalaya se transformă, aşa că nici suferinţa ta nu poate rămâne neschimbată. Se va schimba singură; iar tu vei vedea acest lucru – cum se dispersează şi dispare. Te vei simţi uşurat fără să faci nimic.

Odată ce cunoşti secretul, vei putea epuiza orice prin sine însuşi. Secretul însă constă în faptul de a sta liniştit, de a nu acţiona şi de a fi un atent observator. Apare furia, doar fii. Nu întreprinde nimic. Dacă poţi face măcar atât – să nu acţionezi – dacă poţi doar să fii acolo fără să depui niciun efort pentru a transforma ceva, dacă doar le permiţi lucrurilor să îşi urmeze calea, atunci vei consuma totul. Tu poţi consuma orice.

4. Tantra spune să nu lupţi, să nu încerci să înoţi, ci să te laşi liber în voia râului vieţii. Dar experienţa arată că viaţa din oraşele moderne, tehnologia şi viteza creează tensiuni constante şi epuizează fizicul şi mentalul. Care este atitudinea tantrică faţă de acest lucru? Nu este mai bine să fie evitate epuizările nenecesare?

Viaţa a fost întotdeauna primitivă sau modernă. Este menită să fie plină de tensiuni. Obiectele se transformă, dar omul rămâne la fel. Acum două mii de ani mergeai cu căruţa; acum mergi cu maşina – conducătorul însă este acelaşi. Căruţa s-a transformat, dar şoferul este acelaşi. Atunci se temea pentru căruţă; acum, tu te temi pentru maşină. Obiectele se schimbă, dar mintea rămâne la fel.

Aşa că nu gândi că te afli în anxietate datorită vieţii moderne. Aceasta este creată de tine şi te vei afla în anxietate în ori ce tip de civilizaţie ai trăi.

Încearcă să stai într-un sătuc câteva zile. La început te vei simţi bine şi lipsit de griji. Chiar şi bolile au nevoie de adaptare. După cel mult trei zile te vei adapta locului şi vor începe să apară din nou grijile şi anxietăţile. Cauzele vor fi altele, dar tu eşti acelaşi.

Uneori se întâmplă să nu poţi dormi şi să dai vina pe trafic şi civilizaţie. Atunci du-te într-un sat şi vei vedea că nici acolo nu poţi dormi, dar acum cauza este lipsa traficului şi a civilizaţiei. Vei pleca, deoarece satul îţi va părea ca fiind inert, chiar mort.

I-am spus unui prieten să meargă în Kashmir, la Phalgam. După ce s-a întors mi-a spus că acolo totul era lipsit de viaţă. O zi sau două te poţi bucura de munţi şi văi, dar apoi te plictiseşti. Înainte îmi spunea că viaţa din oraş îl calcă pe nervi, acum îmi spune că s-a plictisit să vadă numai munţi şi dealuri.

Tu eşti problema; Kashmirul nu te poate ajuta. Nu Londra sau Bombay, sau New York te tulbură, ci *tu*! Şi nici nu poţi spune că Londra este cea care te-a creat: tu ai creat-o. Nu este vorba de trafic, de zgomot sau aglomeraţie; tu singur le-ai creat – tu şi alţii ca tine. Priveşte! Cauza se află în interiorul tău. Tu nu eşti încordat datorită zgomotului. Zgomotul există datorită faptului că tu eşti încordat şi nu poţi trăi fără el. De aceea există. Ai nevoie de el, nu poţi trăi fără el. Iar cei care vor să evadeze din viaţa de oraş, când ajung la ţară vor începe să sufere. I-am auzit pe mulţi vorbind de viaţa minunată de la ţară, dar nu se duc niciodată să locuiască acolo. *Niciodată*, doar vorbesc despre asta.

Cine te împiedică? De ce nu te duci? Te opreşte cineva? Pentru câteva zile îţi va face plăcere, dar apoi? Te vei plictisi. Vei simţi că viaţa de acolo este moartă.

Această viaţă de la oraş este creată de mintea ta nebună. Nu înnebuneşti datorită oraşelor; acestea sunt construite din nebunia minţii. Sunt construite pentru tine,

de tine. Iar până când această minte nu se va transforma, aceste oraşe nu pot dispărea, vor trebui să existe în continuare. Ele sunt produsele minţii tale.

Ţine minte un lucru: ori de câte ori simţi că ceva este greşit, mai întâi caută cauzele în tine însuţi. Nu te duce în altă parte. Din 100 de cazuri, de 99 de ori vei găsi cauza în interiorul tău. Iar dacă o găseşti în tine de 99 de ori dintr-o sută, a suta cauză va dispărea de la sine.

Tu eşti cauza la orice ţi se întâmplă. *Tu* eşti cauza, iar lumea este doar o oglindă. Însă te consolează faptul de a găsi mereu cauza în altă parte decât în tine. Atunci nu te vei simţi niciodată vinovat şi nu te vei condamna deloc. Vei arăta mereu spre cauza fictivă exterioară şi vei spune: „Până când aceasta nu se schimbă, cum aş putea eu să mă schimb?” Dar este un truc. Mintea proiectează întotdeauna cauza în altă parte. Soţia este tulburată din cauza soţului; mama din cauza copiilor; copiii din cauza tatălui. Fiecare este tulburat din cauza altcuiva. Toţi cred că motivul pentru care sunt neliniştiţi se află în afara lor.

Mulla Nasruddin trecea pe o stradă. Era spre seară şi tocmai începuse să se aştearnă întunericul. Brusc, a realizat faptul că pe acea stradă nu se mai afla nimeni şi a început să-i fie frică. Înainte să iasă afară, Mulla tocmai citise despre *dacoit*, nişte jefuitori ucigaşi. Acum observase că un grup de oameni se apropia de el. A început să tremure. A început să creadă că acei oameni îl vor ucide. Unde să scape? S-a uitat în jurul său şi a văzut că se afla lângă un cimitir, aşa că a sărit gardul.

A văzut o groapă şi s-a ascuns imediat în ea, gândind că ucigaşii vor crede că este mort şi vor pleca mai departe.

Grupul care se apropia tocmai venise de la o căsătorie, iar unii dintre ei l-au văzut pe Mulla cum se agitase şi cum sărise imediat gardul cimitirului. Au vorbit între ei şi au ajuns la concluzia că este un pungaş care vrea să fugă pentru a nu fi recunoscut.

Atunci, unii dintre oamenii aceia au luat-o la fugă spre Mulla, au sărit gardul şi când l-au văzut întins în groapă au întrebat: „Ce faci acolo, omule? De ce ai te-ai

ascuns în groapă?”

Mulla a răspuns tremurând: „M-aţi întrebat ceva foarte dificil. Dar am sărit în groapă din cauza voastră, iar voi sunteţi aici din cauza mea”.

Acelaşi lucru se întâmplă peste tot. Fiecare este tulburat datorită altuia. De fapt, tu eşti cel care creezi totul, apoi proiectezi şi după aceea începi să te temi şi să încerci să scapi din situaţie. Astfel apare suferinţa, frustrarea, conflictul, lupta, deprimarea.

Totul este o prostie, dar va rămâne astfel până când îţi vei transforma atitudinea. Deci, mai întâi încearcă să găseşti cauza în tine însuţi. Cum ar putea zgomotul traficului să te deranjeze? Cum? Dacă eşti împotriva lui, atunci te va deranja. Dacă îl accepţi, dacă îi permiţi să apară fără să reacţionezi deloc, atunci s-ar putea chiar să îţi placă. Chiar şi zgomotele au propria lor melodie, propria lor muzică. Tu încă nu ai auzit-o, dar asta nu înseamnă că nu există. Uită de tine şi ascultă atent zgomotele făcute de trafic. Doar ascultă fără să ai nicio atitudine pro sau contra. Doar ascultă-i melodia! La început va suna haotic. Dar şi acest lucru este datorat minţii. Când te relaxezi complet, mai devreme sau mai târziu, vei observa că totul a devenit o muzică de care te poţi bucura şi dansa. Depinde doar de tine.

Nimic nu te tulbură până când nu te gândeşti că te va tulbura. De exemplu, sunt o mulţime de lucruri care i-au tulburat pe oameni, iar aceasta s-a datorat faptului că a existat un concept impus faţă de ele. De exemplu, masturbarea. Cu o jumătate de secol în urmă, întreaga lume era deranjată de aceasta. În societăţile ignorante, mai ales în masele populare, ea încă deranjează. Fiziologii şi psihologii au descoperit că aceasta nu poate tulbura pe nimeni – este un lucru natural şi dacă nu se exagerează nu este nimic în neregulă cu ea. Însă mai demult, învăţaţii afirmau faptul că nebunia se instala datorită masturbaţiei.

Orice copil a făcut-o, mai mult sau mai puţin. Orice băiat a fost speriat că va înnebuni, că va deveni inferior, excentric, bolnav, însă nu putea rezista. Iar datorită

acestui concept complet greşit au început să apară şi efectele. Mulţi au devenit proşti, mulţi au înnebunit, unii au paralizat tocmai datorită faptului că s-au simţit vinovaţi pentru ceea ce fac.

Ştiinţa modernă afirmă că masturbarea este chiar sănătoasă. Medicina spune că este bine ca un băiat să devină matur din punct de vedere sexual la vârsta de 13 – 14 ani, iar fata la 12 – 13 ani. Natura le permite să se căsătorească imediat după această vârstă. Ei sunt pregătiţi pentru reproducere, dar civilizaţia îi forţează, din necesitate, să rămână abstinenţi zece ani sau chiar mai mult. Tot medicina afirmă faptul că aceşti şase ani – de la 14 la 20 – sunt cei mai sexuali. Un băiat nu este niciodată mai potent ca la acea vârstă. Energia fierbe; întregul corp este pregătit să explodeze într-o fuziune amoroasă, însă societatea spune nu; energiei nu trebuie să i se permită să se mişte. Dar energia nu poate fi statică, iar copilul nu poate să i se împotrivească ei. Atunci se va simţi vinovat de ceea ce face, iar această vinovăţie îl va urma ca o umbră. Multe boli vor apărea datorită ideii şi nu actului în sine.

Medicina spune că masturbarea este sănătoasă, deoarece prin ea copilul este eliberat de energia nenecesară. Iar această energie suplimentară, dacă nu este folosită va crea probleme. Societatea modernă din nou exagerează; în America, Anglia şi în alte ţări occidentale unde se cunosc multe despre fiziologia omului, este propagată masturbarea. Există chiar şi filme care arată copiilor cum să se masturbeze, iar mai devreme sau mai târziu se va preda şi în şcoli.

Eu însă nu cred că este nici sănătoasă şi nici nesănătoasă. Ideea este totul. Eu cred că trebuie ca omul să se comporte aşa cum simte, fără să exagereze într-un sens sau altul.

Societatea a închis uşa căsătoriei timpurii, iar natura forţează energia să se elibereze. Cel care este inteligent va găsi o cale, cel care nu posedă inteligenţă se va bloca.

Fiecare părinte se teme de masturbare, deoarece el cunoaşte ceea ce simţea atunci când a fost tânăr. Când

copilul său va ajunge la vârsta pubertăţii, părintele va începe să îl urmărească.

Dacă îl va prinde, îl va pedepsi. Însă medicina îndeamnă la altceva: să nu îl pedepseşti. Medicina spune că, dacă nu se masturbează, atunci du – 1 la doctor şi află ce este în neregulă cu el. Acest lucru se va întâmpla cu siguranţă dacă se răspândeşte noua idee propusă de medicină.

Însă ambele sunt doar nişte poziţii. *Amândouă* sunt atitudini! Iar când un băiat se masturbează el este foarte sugestiv – deoarece în momentul în care este eliberată energia sexuală, el devine flexibil, vulnerabil, deschis. Mintea sa este tăcută. Şi orice idee este infiltrată în minte în acel moment îl va influenţa foarte puternic. Dacă îi imprimi ideea că: „Te vei îmbolnăvi" – atunci se va îmbolnăvi. Sau: „Vei înnebuni" – chiar aşa va deveni. Sau: „O să rămâi prost" – va fi prost. Sau: „Acesta este un semn de inteligenţă" – atunci va avea un coeficient de inteligenţă mai mare. Acesta este un moment foarte subtil în care îi poţi sugestiona orice.

Buddha a spus că orice gând devine actual – aşa că fii atent. Dacă te gândeşti că zgomotul făcut de trafic te tulbură, acesta chiar te va tulbura – te pregăteşti singur pentru tulburare. Dacă crezi ca viaţa de familie este o încătuşare, atunci pentru tine aceasta va fi o sclavie. Gândeşte-te că sărăcia te va ajuta să te eliberezi şi aceasta chiar te va ajuta. În cele din urmă, tu eşti cel care creezi lumea din jurul tău. Orice gândeşti devine mediul în care trăieşti.

Tantra spune să ţii minte că orice cauză se află în tine însuţi. Iar dacă cunoşti acest lucru, atunci nu vei mai cauza nimic. Astfel se produce eliberarea. Cel care cunoaşte nu se va afla nici în suferinţă şi nici în fericire. Ambele sunt creaţiile tale. Este posibil să îţi transformi suferinţa în fericire, deoarece aceasta este creaţia ta.

Cel care este eliberat nu mai este niciuna, nici alta – deoarece el a încetat să mai creeze. El doar este! Acesta este motivul pentru care Buddha nu a afirmat niciodată că

un iluminat s-ar afla în beatitudine. Când cineva îl întreba: „Vorbeşte despre starea în care ajunge un iluminat – este cufundat în fericire?” – Buddha râdea şi spunea: „Nu întreba. Pot doar să afirm că el nu se află în suferinţă. Nu pot spune altceva. Acela nu mai cunoaşte suferinţa – asta este tot ce pot spune”.

De ce se insistă atât de mult asupra negativului? Deoarece Buddha cunoaşte. Când ai ajuns să cunoşti că tu eşti cauza suferinţei, atunci vei afla că tot tu erai şi cel care cauza fericirea. În acea clipă vei înceta să mai creezi ceva. Aceasta este *nirvāṇa*: încetarea cauzalităţii. Atunci doar eşti, simplu – fără suferinţă şi fără fericire. Dacă poţi înţelege, aceasta este beatitudinea. Acolo nu mai există nici fericire şi nici suferinţă, deoarece în momentul în care apare una, cealaltă o urmează imediat; atunci încă mai generezi cauze. Când vei cauza fericirea, te vei plictisi şi vei începe să creezi suferinţa.

Cât de mult poţi suporta fericirea? Cât? Te-ai gândit vreodată? Să exişti 24 de ore numai în fericire şi bucurie – vei fi capabil să o suporţi?

Nu, te vei plictisi şi vei porni în căutarea maeştrilor care să te înveţe cum să începi să suferi. Dacă se întâmplă ca lumea întreagă să devină beatifică, nu pot crede că vor dispărea învăţătorii. Vor continua să existe, deoarece oamenii vor avea nevoie de suferinţă. Va fi nevoie de cineva care să îi înveţe să sufere – aşa, pentru o schimbare. Atunci te vei reîntoarce la fericire şi o vei simţi mai mult – doar când pierzi ceva poţi aprecia mai bine ceea ce ai avut.

Învăţătorii şi maeştrii vor exista! Acum ei te învaţă cum să devii fericit; atunci te vor învăţa cum să devii suferind, cum să guşti puţin din iad. O mică schimbare va fi sănătoasă, va fi binevenită.

Tu eşti cauza, iar iluminarea se va produce în momentul în care ai cunoscut faptul că lumea în care trăieşti a fost cauzată de tine. Când vei înceta să mai cauzezi, ea va dispare. Traficul va continua să existe, totul va fi la fel, dar tu nu vei mai fi acolo, deoarece tu vei

dispare odată cu cauza.

29.03.1973, Bombay

SUTRE:

68. Cu aceeaşi dibăcie cu care o cloşcă îşi îngrijeşte puii, îngrijeşte şi tu anumite cunoaşteri şi acţiuni, în realitate.

69. Din moment ce, în realitate, sclavia şi libertatea sunt relative, aceste cuvinte există doar pentru cei speriaţi de univers. Acest univers este o reflexie a mentalurilor. Aşa cum de la reflexia astrului zilei în apă vezi mai mulţi sori, tot astfel cunoaşte încătuşarea şi libertatea.

Eno a întrebat pe cineva: „Care este problema? Care sunt căile prin care omul poate fi salvat? Poate face omul vreun efort prin care să afle cine este?" De ce nu se poate omul cunoaşte pe sine fără să depună niciun efort? De ce trebuie să apară mereu câte o problemă? Tu eşti, ştii că eşti – aşa că, de ce nu te poţi cunoaşte? Unde pierzi firul? Tu eşti conştient. Eşti conştient că eşti conştient. Viaţa există; tu eşti viu. De ce nu eşti conştient cine eşti? Care este bariera? Ce te împiedică de la această cunoaştere-de-sine? Dacă poţi vedea bariera, ea va dispărea foarte repede.

Deci, întrebarea nu constă în faptul cum să te cunoşti, ci de faptul cum să cunoşti de ce nu te cunoşti; cum de pierzi din vedere o realitate atât de evidentă, cum pierzi adevărul fundamental care este atât de aproape de tine; cum de nu vezi. Probabil ai creat un mecanism care să te împiedice. Altminteri este dificil să scapi de tine. Trebuie să te amăgeşti într-un fel sau altul.

Deci, care este trucul prin care scapi de tine însuţi? Dacă nu înţelegi acest truc, orice vei face nu te va ajuta – deoarece trucul rămâne, iar tu vei continua să te întrebi cum să cunoşti adevărul, realitatea – astfel, nu faci altceva decât să întăreşti bariera. Tu chiar o creezi, o întăreşti – orice faci nu te va ajuta.

De fapt, pentru a te cunoaşte nu ai nevoie de nimic pozitiv, ci doar de un fenomen negativ. Într-un fel, trebuie doar să distrugi bariera pe care singur ai creat-o. În

momentul în care aceasta dispare, te vei cunoaşte. Cunoaşterea apare în clipa evaporării obstacolului, iar pentru aceasta nu poţi face niciun efort pozitiv. Trebuie doar să fii conştient cum să o pierzi.

Trebuie înţelese câteva lucruri care te vor ajuta să înţelegi de ce nu observi bariera. Unul este următorul: tu trăieşti în vise, iar acestea devin bariera. Realitatea nu este un vis. Tu eşti înconjurat de ea.

Aceasta există peste tot – nu o poţi pierde – dar tu visezi. Atunci vei începe să trăieşti într-o dimensiune diferită care nu are nimic de a face cu realitatea. Te afli într-o lume de vis. Visele devin precum norii şi încep să te învăluiască. Ele sunt cele care creează bariera. Până când mintea nu încetează să mai viseze, adevărul nu poate fi cunoscut. Iar când priveşti prin intermediul viselor, realitatea este distorsionată.

Orice atingi este atins într-o stare de vis; orice vezi sau auzi este făcut ca prin vis – tu distorsionezi totul. Cu orice intri în contact, o faci prin intermediul viselor, iar acestea distorsionează şi colorează totul. Datorită minţii visătoare pierzi realitatea exterioară şi interioară. Poţi continua să găseşti mijloace prin care să ajungi la realitate, dar vei încerca tot prin mintea visătoare.

Poţi avea chiar şi vise religioase – vise despre realitate, adevăr, Iisus, Dumnezeu, Buddha – dar totul va fi doar un vis. Visarea este cea care trebuie să înceteze; ea nu poate fi folosită pentru a cunoaşte realitatea.

Ce vreau să spun prin „visare”? Acum mă asculţi, dar acesta este un vis prin care interpretezi toate vorbele mele. Tu nu mă asculţi pe mine; te asculţi pe tine, deoarece simultan interpretezi – nu-i aşa? Tu te gândeşti la ceea ce se spune. Este nevoie de gândire? Doar ascultă, nu gândi, pentru că dacă faci asta, atunci nu mai poţi asculta şi orice vei auzi nu vor fi decât propriile tale gânduri. Acolo nu va mai exista ceea ce se spune. Opreşte gândirea; lasă pasajul auzului să fie liber de gânduri. Atunci vei auzi.

Când te uiţi la o floare, opreşte gândirea. Nu le permite ochilor să fie plini de vise şi de gânduri despre

florile pe care le-ai văzut în trecut. Nu afirma nici măcar: „Această floare este frumoasă” – deoarece atunci vei pierde realitatea. Cuvintele devin o barieră. Realitatea este interpretată prin cuvinte. Nu le permite cuvintelor să se adune în jurul tău. Priveşte direct, ascultă direct şi atinge în mod direct.

Când atingi pe cineva, doar atinge; nu spune că pielea este catifelată sau frumoasă. Atunci pierzi şi pătrunzi în visare. Oricum ar fi pielea, este aici şi acum. Atinge-o şi permite-i să ţi se dezvăluie. Priveşti un chip frumos. Priveşte-o şi permite-i feţei să pătrundă în tine. Nu interpreta şi nu spune nimic. Nu amesteca mintea cu trecutul ei.

Primul lucru: visele sunt creaţia minţii trecute. Cea care te învăluie în permanenţă este mintea. Nu îi permite nici trecutului şi nici viitorului să intre.

În clipa în care priveşti un chip sau un trup frumos, imediat acolo apare şi dorinţa. Vrei să posezi. Vezi o floare frumoasă şi imediat vrei să o rupi. Floarea se află acolo, dar tu ai plecat în dorinţă. Acum nu te mai afli aici. Ori eşti în trecut, care nu mai există, ori în viitor, care nu a apărut – astfel, pierzi clipa prezentă.

Iată primul lucru care trebuie ţinut minte: cuvintelor nu trebuie să li se permită să existe între tine şi realitate.

Mai puţine cuvinte, mai puţine bariere; fără cuvinte nu mai există bariere. Atunci te afli direct faţă în faţă cu realitatea. Cuvintele sunt cele care distrug totul, deoarece ele transformă totul.

Am citit biografia unei femei care descria o zi din viaţa ei: „Într-o dimineaţă, am deschis ochii”. Dar imediat spune: „Nu este bine spus că am deschis ochii. Eu nu am făcut nimic. Ochii s-au deschis singuri. Eu nu am întreprins nimic; ei s-au deschis singuri. Din partea mea nu a existat niciun efort”. Apoi, scria că şi aşa părea absurd deoarece ochii îi aparţineau, deci cum puteau să se deschidă singuri? Ce este de făcut într-o asemenea situaţie? Limbajul nu descrie niciodată nimic. Dacă spui: „Eu am deschis ochii” – aceasta este o minciună. Când spui: „Ochii

s-au deschis singuri” – este tot o minciună, deoarece ei sunt doar nişte fragmente. Nu se pot deschide singuri.

În acel proces este implicat întregul organism şi orice am spune nu exprimă realitatea. Unele triburi aborigene din India au o altă structură a limbajului:

mai fundamentată, mai reală. Însă prin aceasta au pierdut frumuseţea poeziei. Dar un asemenea limbaj nu este de ajutor visării.

Când plouă, noi spunem o grămadă de cuvinte pe lângă „ploaie”, înfrumuseţăm şi ornăm totul. Am putea foarte bine să spunem doar: „Plouă!”

Aceasta este realitatea. Însă continuăm să adăugăm şi altceva – cu cât adăugăm mai multe cuvinte, cu atât pierdem mai mult din realitate.

Buddha obişnuia să spună: „Ce înţelegi printr-o afirmaţie de genul: «Un om se plimbă»? Unde este omul? Doar plimbarea există. Ce vrei să spui prin «omul»?” Când facem o afirmaţie de acest gen, acolo apar două lucruri distincte – omul şi plimbarea. Buddha spune că acolo însă nu există decât plimbarea.

Când afirmi: „Râul curge” – ce vrei să spui? Acolo nu există decât curgerea, iar acea curgere este râul. Plimbarea este omul, văzul este omul, şederea este omul. Dacă le elimini pe toate – plimbarea, gândirea, visul – va mai rămâne acolo vreun om? Nu. Însă limbajul creează o lume diferită, iar prin contopirea cu el continuăm să ne îndepărtăm de real.

Iată primul lucru care trebuie ţinut minte: nu permite cuvintelor să apară în mod nenecesar. Când este nevoie, le poţi folosi, dar când nu este nevoie rămâi gol, non-verbal, maunarămâi tăcut. Nu este nicio nevoie să verbalizezi mereu lucrurile.

În al doilea rând, nu proiecta. Nu verbaliza, nu proiecta. Doar priveşte. Nu trebuie să adaugi şi apoi să priveşti. Când vezi pe cineva şi spui: „Este frumos” – deja ai adăugat ceva. Spune: „Este urât” – deja ai complicat totul, un chip este un chip. Frumuseţea şi urâţenia sunt interpretările tale. Ele nu există cu adevărat, deoarece o

faţă poate fi frumoasă pentru cineva şi urâtă pentru altcineva, iar pentru un al treilea poate fi indiferentă. Poate că nici nu se uită la ea. Chipul este doar un chip. Nu îi adăuga nimic; nu proiecta. Proiecţiile nu sunt altceva decât vise. Proiectează şi vei pierde. Iar a acest lucru se întâmplă zilnic.

Vezi un chip frumos şi imediat este creată dorinţa. Aceasta însă nu apare pentru un chip sau un trup, ci pentru propriile tale proiecţii şi interpretări. Celălalt există doar pentru ca tu să te foloseşti de ea ca de un ecran asupra căruia să proiectezi tot ce doreşti. Imediat apare şi deziluzia, deoarece o faţă reală nu poate fi forţată în irealitate datorită proiecţiilor tale. Mai devreme sau mai târziu proiecţia va dispărea şi va ieşi la iveală chipul real – atunci te vei simţi înşelat. Te vei întreba: „Ce s-a întâmplat? Era o persoană minunată, iar acum totul a devenit urât”. Din nou nu faci altceva decât să interpretezi. Persoana rămâne aceeaşi, dar proiecţiile şi interpretările tale continuă şi nu îi permiţi niciodată energiei să se manifeste pe sine. Continui să o reprimi – şi în interior şi în exterior. Nu permiţi niciodată realităţii să se exprime.

Îmi aduc aminte că, într-o zi un vecin l-a întrebat pe Mulla Nasruddin dacă îi poate împrumuta calul pentru câteva ore. Mulla i-a răspuns: „Aş vrea să ţi-l împrumut, dar soţia a plecat cu el şi va fi plecată toată ziua”. Chiar în acel moment s-a auzit nechezatul calului şi vecinul l-a privit mirat pe Mulla. Dar Nasruddin a spus imediat: „Bine, dar ce tu ai mai multă încredere în cal decât în mine?”

Noi creăm o lume ireală în jurul nostru prin propria imaginaţie. Iar dacă realitatea se face cunoscută printr-un nechezat, vei spune imediat: „Acum, pe cine crezi?” Avem încredere doar în noi, niciodată în realitatea care se manifestă. Ea se exprimă în orice moment, dar noi impunem asupra ei propriile noastre iluzii. De aceea, în final orice om se simte deziluzionat. Dar acest lucru nu se întâmplă datorită realităţii. Fiecare bărbat şi femeie se simte deziluzionat – ca şi cum întreaga viaţă ar fi fost irosită. Dar acum nu mai poţi face nimic, nu mai poţi

desface ceea ce ai înfăptuit. Timpul nu mai este cu tine. Timpul s-a scurs şi moartea este aproape; eşti complet deziluzionat şi ai pierdut posibilitatea pe care ai avut-o.

De ce toţi se simt deziluzionaţi? Iar acest sentiment nu îl au doar cei cărora le lipseşte succesul, ci chiar şi ceilalţi. În privinţa celor care nu au reuşit în viaţă este de înţeles să se simtă astfel, dar culmea este că şi cei care au reuşit se simt la fel. Un Napoleon, un Hitler – toţi se simt deziluzionaţi.

Întreaga viaţă a fost irosită. De ce? Cauza se află în realitate sau în visele pe care noi înşine le proiectăm? Iar în final nu mai poţi proiecta nimic şi realitatea se manifestă. Ea este cea care învinge – învinsul eşti tu. Poţi câştiga doar dacă nu proiectezi, dacă ieşi din visare.

Aşa ca tine bine minte şi acest al doilea lucru: priveşte lucrurile aşa cum sunt. Nu proiecta, nu interpreta, nu implica mintea. Permite-i realităţii să se manifeste, oricum ar fi. Realitatea este întotdeauna frumoasă. Visele sunt veşnic urâte şi nu vor face altceva decât să conducă la deziluzie. Iar cu cât eşti deziluzionat mai repede, cu atât mai bine. Însă nefericirea constă în faptul că, imediat ce a dispărut o iluzie, creezi alta.

Permite-ţi o pauză – între două iluzii. Lasă să apară un interval, astfel ca realitatea să poată fi văzută. Este dificil – să priveşti realitatea aşa cum este.

Poate că nu este conformă cu dorinţele tale. Însă nu este nicio nevoie să fie conformă cu visele tale. Trebuie să trăieşti în realitate – şi tu eşti în ea! Este mai bine să ajungi în realitate decât să continui să te amăgeşti. Unul din motivele pentru care te pierzi este faptul că nici nu eşti conştient cum ajungi să proiectezi. Cineva afirmă un lucru, iar tu înţelegi complet altceva. Aranjezi lucrurile conform înţelegerii tale. Astfel, nu faci altceva decât să îţi construieşti o casă din cărţi de joc.

Întotdeauna observă doar ceea ce există. Nu te grăbi. Este mai bine să nu înţelegi nimic, decât să înţelegi greşit. Este mai bine să fii ignorant, decât să crezi că cunoşti. Priveşte-ţi relaţiile – soţul sau soţia, învăţătorul, prietenul,

servitorul, şeful – priveşte! Fiecare gândeşte în felul său, fiecare îl interpretează pe celălalt şi acolo nu mai există nicio întâlnire reală, niciun fel de comunicare adevărată. Toţi se află în conflict. Dar conflictul nu există între două persoane, ci între două imagini false. Fii foarte atent să nu începi să creezi o imagine falsă despre cineva. Rămâi cu realul, oricât de greu şi dificil ar fi, chiar dacă uneori pare imposibil. Însă odată ce cunoşti cu adevărat frumuseţea existenţei, nu vei mai fi niciodată o victimă a imaginaţiei.

Iar în al treilea rând, de ce visezi? Este doar un substituent. Visarea este un substituent. Când nu poţi obţine în realitate ceea ce doreşti, atunci începi să visezi. De exemplu, ai postit întreaga zi. Noaptea vei visa că mănânci. Ziua posteşti şi noaptea mănânci. Reprimă-ţi energia sexuală şi vei avea tot felul de vise erotice. Prin vise se poate cunoaşte foarte uşor ceea ce reprimi în timpul zilei. Visele sunt doar nişte substituente, iar psihologii spun că este dificil pentru un om, aşa cum este el, să trăiască fără vise. Într-un fel au dreptate. Omului îi este dificil să trăiască fără vise, însă dacă vrei să fii transformat, atunci va trebui să trăieşti fără vise. Dar de ce sunt create visele? Datorită dorinţelor. Dorinţele neîmplinite devin vise.

Observă-ţi şi studiază-ţi dorinţele. Fii atent, conştient şi observă mecanismul. Cu cât îl observi mai mult, cu atât mai repede vor dispărea. Nu vei mai crea o lume a ta. Visele nu pot fi împărţite; nici chiar doi prieteni intimi nu îşi pot povesti visele. Tu nu poţi invita pe nimeni în visele tale. De ce? Tu şi iubita nu vă puteţi afla în acelaşi vis. Visul este doar al tău; visul altuia este doar al său. Este ceva individual. Realitatea nu este individuală, doar nebunia este. Realitatea este universală, poate fi împărtăşită; nu şi visele. Acestea sunt nebuniile, ficţiunile tale intime. Deci, ce este de făcut?

Un om poate trăi atât de total încât să nu piardă nimic. Când mănânci, mănâncă total. Bucură-te atât de deplin de acest act, încât să nu mai ai nevoie să visezi. Dacă iubeşti, iubeşte atât de total încât să nu mai apară

nici urmă de iubire în visele pe care le ai. Orice faci, fă atât de total încât să nu rămână nimic suspendat în minte, nimic care să fie completat prin vise.

Fii total în ceea ce faci şi, în câteva luni, somnul va căpăta o calitate diferită. Visele se vor împuţina şi somnul se va adânci. Iar în clipa în care visele se vor împuţina, proiecţiile din timpul zile se vor împuţina şi ele – deoarece visele continuă chiar şi în timpul zilei. Indiferent dacă dormi sau eşti treaz, visele continuă. Curentul curge veşnic în interior.

Închide ochii şi aşteaptă: vei vedea că filmul revine; visul continuă. El este întotdeauna acolo, doar te aşteaptă să apari şi tu. Este la fel cu fenomenul care se petrece cu stelele în timpul zilei. Acestea nu dispar, însă datorită luminii soarelui nu le poţi vedea. Ele există şi aşteaptă să apară momentul în care soarele apune.

La fel sunt şi visele tale – acestea se mişcă în interior chiar şi atunci când eşti treaz. Ele aşteaptă. Închide-ţi ochii şi vor începe să funcţioneze. Când visele se împuţinează, calitatea stării de veghe din timpul zilei va fi complet diferită. Când noaptea se transformă şi ziua va fi transformată; dacă somnul devine diferit, starea de veghe este diferită. Vei fi mai atent, mai alert. Având mai puţine vise care se derulează în interior, vei fi mai puţin adormit. Vei privi mai direct.

Deci, nu lăsa nimic suspendat – acesta este un lucru foarte important, în orice faci rămâi cu actul în sine. Nu pleca nicăieri. Dacă faci un duş, rămâi acolo. Uită de restul lumii. Acel duş este întregul univers. Totul a încetat; lumea a dispărut. Acolo nu mai există decât tu şi duşul. Rămâi acolo. Mişcă-te atât de total în fiecare act încât să nu rămâi nici în urmă şi nici să nu o iei înainte; tu eşti actul în sine. Atunci visele vor dispărea şi visând mai puţin vei fi mult mai capabil să înţelegi realitatea.

68. Cu aceeaşi dibăcie cu care o cloşcă îşi îngrijeşte puii, îngrijeşte şi tu anumite cunoaşteri şi acţiuni, în realitate.

Termenul cheie este: *în realitate*. Şi tu îngrijeşti

multe lucruri, dar în vis – nu în realitate. Nu îngriji visele, nu le ajuta să se dezvolte în tine; nu îţi irosi energia în visare. Retrage-te din toate visele. Îţi va fi dificil, deoarece ai investit mult în ele. Vei simţi că te scufunzi şi mori – dar asta se întâmplă deoarece ai trăit numai în vis. Nu te-ai aflat niciodată *aici şi acum*, ci mereu în altă parte. Încă speri.

Poate că ai auzit de parabola grecească cu privire la cutia Pandorei. Din răzbunare şi curiozitate, Pandora a deschis cutia în care se aflau numai boli ucigătoare. Însă făcându-i-se frică a închis imediat cutia. Dar era prea târziu, toate bolile ieşiseră şi mai rămăsese în cutie doar speranţa. Dacă speranţa ieşea şi ea, atunci omul ar fi fost distrus. Absenţa speranţei este cea care l-a ţinut în viaţă.

De ce trăieşti? Te-ai întrebat vreodată? Nu există nimic pentru care să trăieşti aici şi acum. Doar speranţă. Cari cu tine o cutie a Pandorei. De ce trăieşti acum? De ce te scoli în fiecare dimineaţă? De ce repeţi mereu aceleaşi lucruri? Care este motivul?

Nu poţi găsi niciun motiv, iar dacă totuşi îl găseşti, acesta va fi ceva ce ţine de viitor – o speranţă: într-o zi „ceva” se va întâmpla. Tu nu ştii când va veni ziua aceea; nu ştii nici măcar ce o să se întâmple, dar cândva, „ceva se va întâmpla” şi astfel continui să prelungeşti agonia.

Omul trăieşte doar în speranţă, iar asta nu înseamnă cu adevărat viaţă, deoarece speranţa înseamnă visare. Până când nu trăieşti *aici şi acum*, nu eşti viu. Acea zi de mâine, când se vor împlini toate speranţele nu va veni niciodată. Doar când va apărea moartea vei realiza că nu mai poţi amâna. Atunci te vei simţi înşelat, deziluzionat – însă nu te-a înşelat nimeni; tu eşti creatorul întregului balamuc în care te afli.

Urmăreşte să trăieşti în acest moment, în prezent şi nu hrăni speranţele deşarte, oricare ar fi natura lor. Pot fi lumeşti sau supralumeşti – nu contează. Pot fi religioase sau sfinte – undeva în viitor, în nirvāṇa, după moarte – nu contează. Nu spera. Chiar dacă aici simţi neputinţă, rămâi aici. Nu pleca din clipa prezentă. Nu pleca! Suferă, dar nu-

i permite speranţei să intre.

Prin speranţă îşi face apariţia şi visarea. Fii fără speranţe. Dacă viaţa este fără de speranţă, fii şi tu lipsit de speranţe. Acceptă şi nu te agăţa de vreun eveniment viitor. Acolo va apărea brusc transformarea. În momentul în care rămâi în prezent, visele încetează – atunci nu mai pot apărea. Sursa le-a fost retrasă. Singurul motiv pentru care apar este acela că tu cooperezi cu ele, le îngrijeşti şi le hrăneşti. Nu coopera.

Sutra spune: *îngrijeşte şi tu anumite cunoaşteri şi acţiuni*. De ce afirmă acest lucru? Şi tu îngrijeşti, dar numai teorii, niciodată cunoaşteri reale; scripturi, ipoteze, sisteme, filosofii, viziuni – niciodată cunoaşteri. Sutra îţi spune să le arunci. Scripturile, la fel ca şi visele, nu îţi sunt de niciun folos.

Oricât de banală ar fi, o cunoaştere reală înseamnă ceva. Îţi poţi baza viaţa pe ea. Oricum ar fi, gândeşte-te doar la cunoaşterile reale pe care tu le-ai avut.

Ai cunoscut cu adevărat ceva? Ai cunoscut multe, dar toate sunt împrumutate. Cineva ţi le-a sugerat: învăţătorii, părinţii, societatea. Tu „cunoşti” câte ceva despre Dumnezeu, despre iubire, despre meditaţie. De fapt, nu cunoşti nimic! Nu ai gustat tu însuţi. Altcineva le-a gustat, dar nu şi tu. Altcineva le-a văzut. Şi tu ai ochi, dar nu îi foloseşti. Altcineva le-a experimentat – un Buddha, un Iisus, tu nu faci altceva decât să le împrumuţi cunoaşterea. Este falsă! Pentru tine nu are niciun folos. O asemenea cunoaştere este chiar mai periculoasă decât ignoranţa, deoarece ignoranţa este a ta, însă această cunoaştere nu îţi aparţine.

Este mai bine să fii ignorant; cel puţin ignoranţa este a ta. Este autentică, reală, sinceră, onestă! Nu continua să împrumuţi. Altminteri vei uita că eşti ignorant şi vei rămâne aşa.

Îngrijeşte şi tu anumite cunoaşteri şi acţiuni. Fii atent întotdeauna să cunoşti ceva în mod direct, proaspăt, imediat. Nu te încrede în nimeni, pentru că există o mare posibilitate de a fi condus pe căi greşite.

Încrede-te în tine. Dacă nu te poţi crede pe tine, atunci cum ai putea avea încredere în altcineva?

Sariputtra a venit la Buddha şi i-a spus: „Am venit să cred în tine. Iată-mă! Ajută-mă să îmi înalţ credinţa în tine”.

Buddha i-a răspuns: „Dacă nu crezi în tine însuţi, cum ai putea să crezi în mine? Aşa că uită-mă. Mai întâi, crede în tine şi doar atunci vei putea avea încredere în altcineva”.

Ţine minte: nu poţi avea încredere în nimeni atât timp cât nu ai în tine.

Încrederea apare întotdeauna în interior. Doar atunci poate fi abundentă şi se poate revărsa – o poţi împărtăşi. Însă cum poţi crede dacă nu cunoşti nimic? Cum poţi crede în tine dacă nu ai nicio experienţă autentică? Urmăreşte să crezi în tine însuţi. Nu gândi că a privi prin ochii altora este o experienţă absolută. Chiar şi experienţele banale sunt absolute. Însă lasă-le să fie ale tale. Acestea te vor ajuta să creşti, ele te vor maturiza, te vor desăvârşi.

Este foarte ciudat să priveşti prin ochii altora, să trăieşti vieţile altora. De exemplu, afirmi că trandafirii sunt frumoşi. Aceasta este experienţa ta sau doar o învăţătură împrumutată? Este cunoaşterea ta? Ai realizat tu însuţi acest lucru? Spui că lumina lunii este minunată. Ai simţit tu acest lucru sau repeţi o poezie scrisă de alţii? Dacă te comporţi ca un papagal nu îţi poţi trăi viaţa în mod autentic. Ori de câte ori afirmi ceva, mai întâi verifică dacă aceea este experienţa ta.

Scapă de tot ce nu îţi aparţine – este complet nefolositor – şi îngrijeşte-te doar de ce este al tău. Astfel vei creşte*. Îngrijeşte şi tu anumite cunoaşteri şi acţiuni, în realitate*. Ţine minte: „În realitate”.

Ai acţionat vreodată cu adevărat sau doar ai urmat ordinele altora? „Iubeşte-ţi soţia” – ai iubit-o cu adevărat? Sau doar îndeplineşti o datorie impusă de alţii? Ai iubi tu? Ai făcut asta fără să urmezi nicio învăţătură sau doctrină? Ai iubit vreodată în mod autentic? Te poţi păcăli foarte repede şi poţi afirma că ai iubit. Dar mai întâi caută în tine

însuţi. Dacă ai fi iubit cu adevărat, ai fi fost transformat; actul iubirii însuşi te-ar fi transformat. Însă ai rămas acelaşi, deoarece iubirea ta este falsă. Întreaga viaţă a devenit falsă.

Continui să repeţi acţiuni care nu îţi aparţin. Îngrijeşte-te de ceea ce îţi aparţine.

Buddha este minunat, dar tu nu îl poţi urma. Iisus este minunat, dar nici pe el nu îl poţi urma. Iar dacă îi copiezi vei deveni urât. Vei fi doar o copie la indigo. Vei fi fals şi existenţa nu te va accepta. Nimic fals nu este acceptat. Iubeşte-l pe un Buddha, pe un Iisus, dar nu îi imita. Permite-i întotdeauna sinelui tău să aibă drumul lui. Într-o bună zi vei deveni ca Buddha, dar calea va fi a ta. Într-o zi vei ajunge precum Iisus, dar vei fi călătorit pe o rută diferită, vei fi experimentat lucruri diferite. Un lucru este sigur: oricum ar fi calea şi experienţa, acestea trebuie să fie autentice, reale şi proprii.

Atunci vei ajunge la adevăr. Prin falsitate nu poţi ajunge la adevăr; falsitatea te va conduce spre mai multă falsitate.

Acţionează, dar ţine minte că tu eşti cel care face asta. Nu urma pe nimeni. Atunci, chiar un act banal – un zâmbet – poate deveni o sursă de satori, o sursă de samādhi, de conştiinţă cosmică. Te întorci de la serviciu şi zâmbeşti la copii. Acest zâmbet este fals; doar te prefaci. Zâmbeşti deoarece se aşteaptă asta de la tine. Este doar ceva pictat. În tine nu zâmbeşte nimic, decât buzele. Pe ele le poţi manevra; zâmbetul este mecanic. Şi te poţi obişnui atât de bine cu acest lucru, încât ajungi să uiţi complet de faptul că zâmbeşti. Vei râde, dar râsul nu va izvorî din tine.

Ţine minte întotdeauna: în tot ce faci observă dacă în acea acţiune este implicat şi centrul tău. Dacă nu este, mai bine renunţă să o mai faci. Nu mai face nimic! Nimeni nu te forţează. Păstrează-ţi energia pentru momentul în care îţi apare ceva real; atunci poţi face. Nu zâmbi forţat; păstrează-ţi energia. Zâmbetul real va veni şi atunci te va transforma complet. Acesta va fi total. Atunci fiecare celulă a corpului va zâmbi. Se va produce o explozie – nu va fi

nimic pictat, fals.

Iar copiii recunosc imediat falsitatea, pe ei nu îi poţi păcăli. În momentul în care ai reuşit să îi păcăleşti, aceia nu mai sunt copii. Orice copil ştie când arborezi un zâmbet pictat; oricine este real poate detecta acest lucru. Lacrimile tale sunt false; zâmbetul este fals: acte minore, dar tu eşti constituit din asemenea acţiuni minore. Deci nu te gândi că trebuie să faci ceva extraordinar pentru a aplica tehnica. Dacă eşti fals în acţiuni banale, atunci vei fi fals întotdeauna.

Când eşti fals în lucruri mărunte este foarte uşor să fii fals şi în cele măreţe, deoarece acestea sunt doar de spectacol. Ele sunt făcute pentru alţii şi de aceea se poate instala foarte repede falsitatea.

Poţi fi chiar un sfânt, dacă se aşteaptă de la tine aceasta. Atunci ţi se va arăta respect şi vei începe să te dai în spectacol – doar joci o scenă. Ego-ul va fi satisfăcut, dar totul va fi fals. Gândeşte-te: când o societate se transformă, aşa cum s-a întâmplat în Rusia sau în China, imediat sfinţii dispar – deoarece nimeni nu îi mai respectă.

Îmi aduc aminte de unul dintre prietenii mei, un călugăr budist, care a vizitat Rusia în perioada lui Stalin. Îmi povestea că ori de câte ori cineva dădea mâna cu el, îl strângea puternic şi îi spunea: „Ai mâini de burghez”. Fiind călugăr nu a trebuit să muncească şi mâinile i-au rămas catifelate; nu făcea nimic altceva decât cerşea. În India, oricine îi atingea mâinile îl admira:

„Sunt atât de fine!” Însă în Rusia era condamnat: „Deci ai mâini de burghez, de exploatator!” După ce s-a întors mi-a spus: „M-am simţit atât de condamnat acolo, încât îmi doream să fi fost muncitor”.

Sfinţii au dispărut din Rusia deoarece nu îi mai respectă nimeni. Toată sfinţenia precedentă comunismului a fost falsă, doar un spectacol.

Acum, în Rusia nu mai pot exista decât sfinţi reali. Pentru cei ireali nu există nicio posibilitate să existe, deoarece vor trebui să lupte împotriva societăţii. În India, cea mai uşoară cale de supravieţuire şi existenţă este

sfinţenia, toţi te respectă. Poţi fi fals, dar şi efortul de a fi un „sfânt” fals se răsplăteşte.

Ţine minte: încearcă să fii real şi autentic chiar din momentul în care te trezeşti. Nu întreprinde nimic fals. Şapte zile nu te implica în falsitate. Orice ai pierde, lasă să se piardă. Rămâi real şi în cel mult şapte zile vei simţi o nouă viaţă în interior. Straturile moarte vor dispărea şi îţi va fi insuflat un nou curent de viaţă. Te vei simţi din nou viu – pentru prima oară vei reînvia.

Îngrijeşte şi tu anumite cunoaşteri şi acţiuni, în realitate – nu în vis. Fă orice, dar gândeşte-te: tu eşti cel care acţionezi sau părinţii tăi? Deoarece părinţii, societatea, generaţiile trecute, toţi încă funcţionează în interiorul tău. Aceştia te-au condiţionat atât de mult încât nici nu eşti conştient de faptul că tu acţionezi doar pentru ei. Poţi oare satisface un mort? Însă mortul trăieşte prin tine.

Oricând acţionezi observă-te atent. Când te înfurii, este aceea furia ta sau doar modul în care se înfuria tatăl tău? Doar imiţi. Fii atent şi vei vedea multe şabloane. Când te căsătoreşti, căsătoria ta va fi la fel ca cea a părinţilor. Fiecare va acţiona la fel ca părinţii lui. Dacă se întâmplă să te înfurii, observă: tu eşti acolo sau altcineva? Iubeşte şi vezi: cine se află acolo? Când vorbeşti, adu-ţi aminte dacă tu o faci sau învăţătorul tău? Faci un gest, aminteşte-ţi cine îl face? Va fi dificil, dar aceasta este *sadhana* – acesta este efortul spiritual.

Înlătură toate falsităţile. La început te vei simţi gol, deoarece va dura puţin timp până când realul se va exprima. Acolo va exista un hiatus. Nu-ţi fie teamă, permite-i să apară. Mai devreme sau mai târziu măştile vor cădea şi va apărea în existenţă faţa ta reală. Doar prin acest chip autentic îl poţi întâlni pe Dumnezeu. De aceea sutra spune: *Cu aceeaşi dibăcie cu care o cloşcă îşi îngrijeşte puii, îngrijeşte şi tu anumite cunoaşteri şi acţiuni, în realitate*.

69. Din moment ce, în realitate, sclavia şi libertatea sunt relative, aceste cuvinte există doar pentru cei

îngroziţi de univers. Acest univers este o reflecţie a mentalurilor Aşa cum de la reflecţia astrului zilei în apă vezi mai mulţi sori, tot astfel cunoaşte încătuşarea şi libertatea.

Aceasta este o tehnică profundă, una dintre cele mai profunde şi doar puţine fiinţe au practicat-o. Zen-ul este bazat pe ea. Tehnica în sine nu este dificil de experimentat, ci de înţeles. Aşa că mai întâi trebuie să înţelegi.

Sutra spune că lumea şi nirvāṇa nu sunt două lucruri diferite; raiul şi iadul nu sunt două, sclavia şi libertatea nu sunt total distincte. Este dificil de înţeles, deoarece noi putem concepe doar ceea ce se încadrează în termeni de polaritate.

Noi afirmăm faptul că această lume ne încătuşează, deci trebuie să aflăm cum putem să ne eliberăm? Astfel, eliberarea devine opusă sclaviei. Sutra spune însă că ambele sunt la fel şi până când nu te eliberezi de amândouă nu eşti cu adevărat liber. Şi libertatea şi sclavia încătuşează. Ambele înlănţuie.

Fii atent să înţelegi. Priveşte o persoană care luptă să depăşească sclavia simţurilor. Ce face ea? îşi părăseşte familia, bogăţiile, societate, renunţă la tot doar pentru a scăpa de încătuşările lumeşti. Atunci începe să creeze alte încătuşări – acestea sunt negative.

Am întâlnit un sfânt care nu se putea atinge de bani. Dacă îi vedea începea să tremure. Era un om foarte respectat de ceilalţi – însă doar cei înnebuniţi după bani îl puteau respecta. El a trecut în cealaltă extremă.

Ce se întâmplă? Trebuie să fi fost un om foarte lacom. A început să se lupte cu banii şi astfel a trecut la celălalt pol. În trecut trebuie să fi fost obsedat de bani. De fapt şi acum este obsedat, dar în direcţie opusă.

Am întâlnit un sannyasin care nu putea privi nicio femeie. De câte ori se afla în apropierea unei femei, privea numai în jos. Care este problema? Trebuie să fi fost obsedat de femei, de sex. Obsesia există în continuare, doar că acum este în sens invers. Acum el crede că s-a eliberat de femei, dar şi aceasta este o nouă încătuşare.

Printr-o reacţie nu ajungi să te eliberezi. Lucrul faţă de care eşti împotrivă te va încătuşa în sens negativ; nu-i poţi scăpa. Cel care este împotriva lumii nu va reuşi să se elibereze, ci va continua să rămână în lume. Chiar atitudinea de împotrivire este o încătuşare.

Sutra pe care o discutăm este foarte profundă: *Din moment ce, în realitate, sclavia şi libertatea sunt relative…* Ele nu sunt opuse, ci relative. Ce este libertatea? Răspunzi că nu este încătuşare. Ce este încătuşarea? Spui că nu este libertate. Le poţi defini doar una prin cealaltă. Ce este cald şi ce este rece? Doar nişte grade ale aceluiaşi fenomen. Fenomenul este acelaşi, iar ele sunt relative. Bagă-ţi o mână într-o găleată cu apă caldă şi cealaltă într-o găleată cu apă rece. Ce vei simţi? O diferenţă de grade.

Iar dacă înainte îţi pui mâna pe gheaţă şi apoi o introduci în găleata cu apă caldă, ce vei simţi? Doar o diferenţă. Mâna introdusă în apa caldă va simţi mai multă căldura. Este relativ. Fenomenul este acelaşi.

Tantra spune că sclavia şi libertatea, *samsara* şi *moksha*, nu sunt separate, ci sunt fenomene relative. Tantra este unică. Ea spune că nu trebuie să te eliberezi doar de sclavie, ci chiar şi de moksha. Până când nu eşti eliberat de amândouă, nu ai atins Scopul Ultim.

Primul lucru este să nu fii împotriva la nimic. Altminteri te vei îndrepta spre extrema acelui lucru. Toate par opuse, dar nu sunt. Nu renunţa la sex pentru abstinenţă. Atunci nu vei reuşi decât să devii un abstinent sexual. Nu pleca de la lăcomie la nelăcomie. Învăţătura care te îndeamnă să renunţi la lăcomie face acest lucru pentru a-ţi îndrepta atenţia spre profit.

Am întâlnit un sfânt care le spunea discipolilor: „Părăsiţi lăcomia şi pe lumea cealaltă veţi avea de câştigat!” Cei care sunt lacomi vor fi tentaţi. Vor simţi că este ceva de câştigat şi vor fi pregătiţi să renunţe la lăcomia prezentă pentru una viitoare. Trebuie să existe un motiv pentru care să renunţe, altminteri cum vor putea ajunge să renunţe?

Aşa că nu crea niciun fel de polarităţi. Toate sunt

intercorelate, doar nişte grade diferite ale aceluiaşi fenomen. Când poţi simţi că ambii poli sunt identici, iar dacă acest sentiment se aprofundează, atunci vei fi eliberat de amândoi. Atunci nu vei mai fi nici pentru Samsara şi nici pentru moksha. Nu vei mai cere nimic. Iar în acel sentiment vei fi eliberat, viitorul dispare. Acum unde te-ai mai putea duce? Pentru cel eliberat sexul şi abstinenţa sunt la fel, deci unde mai poţi pleca?

Nu mai ai unde. Mişcarea încetează şi viitorul dispare. Nu mai poţi dori nimic, deoarece toate dorinţele sunt la fel; diferenţa dintre ele este doar de câteva grade. Ce poţi dori? Dacă eşti lacom vei dori nelăcomia; dacă eşti sexual vei dori abstinenţa.

Dorinţa pentru abstinenţă este înrădăcinată în sexualitatea ta. Mulţi întreabă: „Cum să ieşim din această lume?” Lumea este prea apăsătoare pentru ei. Însă lumea nu poate să nu fie apăsătoare dacă te agăţi de ea. Povara se află în capul tău – dar nu din cauza ei, ci doar pentru că singur o cari. Iar în această experienţă plină de suferinţă începi să îţi doreşti ceva opus.

Înainte umblai după bani, acum după meditaţie. Dacă alergarea continuă, ea constituie o problemă. Obiectul nu are importanţă. Dorinţa este problema. Astăzi doreşti obiectul A, iar mâine B-ul. Astfel, crezi că o să devii diferit. Poimâine vei dori C-ul şi crezi că o să fii transformat. Dar tu eşti la fel. Le-ai dorit pe toate, dar acest A-B-C nu eşti tu. Doreşti sclavia, apoi devii frustrat şi începi să cauţi eliberarea. Tu doreşti, iar dorinţa este sclavia.

Deci nu poţi dori eliberarea. Dorinţa este încătuşarea. Când dorinţa încetează, eliberarea există. De aceea sutra spune: *Din moment ce, în realitate, sclavia şi libertatea sunt relative…* Nu deveni obsedat de polul opus.

Aceste cuvinte există doar pentru cei îngroziţi de univers. Aceste cuvinte de eliberare şi încătuşare sunt doar pentru cei îngroziţi de univers.

Acest univers este o reflexie a mentalurilor. Orice vezi în acest univers este o reflexie. Dacă arată ca o sclavie, înseamnă că aşa gândeşte mintea ta. Dacă arată ca

libertate, de asemenea, este tot propria ta reflexie.

Aşa cum de la reflecţia astrului zilei în apă vezi mai mulţi sori, tot astfel cunoaşte încătuşarea şi libertatea. Soarele răsare. Există multe lacuri – mari sau mici, murdare sau curate, frumoase sau urâte – în care se reflectă un singur soare. Cel care va continua să numere reflexiile va crede că există mai mulţi aştri. Cel care nu va privi reflexiile, ci realitatea, va vedea doar un singur soare. Lumea, aşa cum o priveşti, te reflectă pe tine însuţi. Dacă eşti sexual, întreaga lume va fi plină de sexualitate.

Dacă eşti hoţ, pentru tine întreaga lume va fi plină de hoţi.

Mulla Nasruddin şi soţia sa s-au dus la pescuit. Însă doar el avea permis de pescuit. Imediat cum au ajuns a apărut un poliţist. Soţia i-a spus: „Mulla, tu ai permis de pescuit, aşa că ia-o la fugă şi poliţistul se va ţine după tine. Între timp eu pot scăpa”.

Mulla a început să fugă şi poliţistul după el. La un moment dat nu a mai putut fugi şi poliţistul l-a prins. Acesta, transpirat, obosit, gâfâit, i-a spus: „Te rog să-mi prezinţi actele”. Poliţistul, mirat că totul era în regulă, a continuat să îl întrebe: „Nasruddin, văd că totul este în regulă, atunci de ce ai fugit de mine?”

„Doctorul mi-a spus că după fiecare masă trebuie să alerg un kilometru” – a răspuns Mulla.

Poliţistul l-a întrebat: „Bun, dar m-ai văzut că alerg după tine, că te urmăream şi strigam la tine, de ce nu te-ai oprit?”

„Deoarece am crezut că şi tu ai primit indicaţia de a alerga după masă”. Este logic; exact acelaşi lucru se întâmplă în lume. Orice vezi în jurul tău este reflexia ta, nu a realului. Te priveşti pe tine oglindit în lume. În momentul în care te transformi, reflexia se schimbă şi ea. În clipa în care devii complet tăcut, întreaga lume devine tăcută. Lumea nu este o încătuşare; sclavia este doar o reflecţie. Iar lumea nu este eliberare; eliberarea este tot o reflecţie.

Un Buddha găseşte lumea ca fiind însăşi nirvāṇa. Un Krishna vede lumea ca fiind paradisul; acolo nu există nicio

suferinţă. Tantra spune că tot ceea ce vezi este o reflexie şi va fi aşa până când nu dispare tot ceea ce vezi, rămânând, acolo doar oglinda în care nu se mai reflectă nimic. Acesta este adevărul.

Dacă vezi ceva, aceasta este o reflecţie. Adevărul este unul; ceea ce sunt multe nu pot fi decât reflexii. Odată ce ai înţeles bine acest lucru – nu teoretic, ci existenţial, prin proprie experienţă – eşti eliberat şi de sclavie şi de libertate.

Naropa, când a devenit iluminat, a fost întrebat: „Acum ai atins eliberarea?”

El a răspuns: „Da şi nu – amândouă. Da, pentru că nu mai sunt în sclavie. Nu, pentru că această eliberare era tot o reflexie a sclaviei. Eu am dorit-o tocmai datorită încătuşării”.

Priveşte în modul următor: eşti bolnav şi îţi doreşti sănătatea. Această dorinţă este o parte a bolii. Când eşti cu adevărat sănătos nu vei dori sănătatea. Cum ai putea? Când eşti pe deplin sănătos, unde mai există dorinţa pentru sănătate? Ce nevoie mai este de ea? Cum simţi că eşti sănătos? Dacă nu te-ai îmbolnăvit niciodată, crezi că vei putea cunoaşte ce este sănătatea? Ea există, dar nu poate fi simţită. Singurul mod prin care o poţi cunoaşte este prin contrast, prin opusul ei. Lucrurile sunt simţite doar prin opusurile lor.

Dacă eşti bolnav, vei putea cunoaşte sănătatea – dacă te simţi sănătos, ţine minte, încă eşti bolnav.

Naropa spune: „Da şi nu – ambele. Da, pentru că acum nu mai există niciun fel de încătuşare. Însă odată cu sclavia a dispărut şi libertatea. Nu, pentru că acum nu mai există niciun fel de libertate. Aceasta era o parte din sclavie. Însă acum eu mă aflu dincolo de amândouă – nici în libertate şi nici în sclavie”.

Nu transforma religia într-o dorinţă, într-o căutare. Nu face din moksha, din nirvāṇa, din eliberare un obiect de dorit. Aceasta apare când nu mai există nicio dorinţă.

30. III. 1973, Bombay

ÎNTREBĂRI:

1. Este motivul eliberării o dorinţă sau o necesitate, o sete umană înnăscută?

2. Cum poate fi cineva transformat dacă se află total implicat în acţiuni precum furia sau violenţa?

3. Ne poţi spune câte ceva despre calitatea somn ului unui iluminat?

1. Ieri ai spus că şi dorinţa de eliberare este tot o barieră şi o tensiune, dar nu ar fi corect ca aceasta să fie considerată ca o necesitate, ca o aspiraţie, o sete înnăscută a fiinţei umane?

Trebuie să înţelegi ce înseamnă dorinţa. Religiile sunt cele care te-au indus în eroare în această privinţă. Ele denumesc dorinţă orice tendinţă de a dobândi un obiect lumesc. Însă când vei aspira către ceva din lumea cealaltă, ele o denumesc altfel. Este absurd! Dorinţa este dorinţă! Nu contează obiectul dorit. Obiectul poate fi oricum – material, spiritual – dar dorinţa este aceeaşi.

Fiecare dorinţă este o încătuşare. Dacă îl doreşti pe Dumnezeu, aceasta este o încătuşare; chiar şi dorinţa pentru eliberare este o încătuşare. Eliberarea nu poate apărea până când acţiunea de a dori nu dispare complet. Deci, ţine minte: nu poţi dori eliberarea – este imposibil; este contradictoriu. Devino lipsit de dorinţe şi vei fi liber. Însă acesta nu este un rezultat al dorinţei tale. Mai degrabă este o consecinţă a non-dorinţei.

Încearcă să înţelegi ce este dorinţa. Dorinţa arată că tu nu eşti liniştit; nu te simţi bine. Nu eşti împăcat cu tine însuţi şi ceva din viitor te va satisface – îţi va aduce liniştea. Satisfacţia se află întotdeauna în viitor, niciodată aici şi acum. Acest interes al minţii pentru viitor este dorinţa. Prin el nu te afli în momentul prezent – iar tot ce există se află *aici şi acum*. Tu te afli undeva în viitor, iar acesta nu există. Nu a existat şi nu va exista vreodată. Tot ceea ce este, este întotdeauna prezentul – chiar această clipă.

Această proiecţie a satisfacerii în viitor este dorinţa. Însă de orice natură ar fi acea satisfacţie viitoare, ea nu are nicio importanţă. Poate fi orice – regatul lui Dumnezeu,

raiul, nirvāṇa – dar dacă se află în viitor, este dorinţă. Şi ţine minte: nu poţi dori nimic în prezent – este imposibil. *În prezent poţi doar fiinţa, nu poţi dori*. Cum ai putea?

Dorinţa este cea care te conduce în viitor, în fantezie, în visare. De aceea Buddha a insistat atât de mult asupra non-dorinţei, deoarece doar trecând dincolo de dorinţă poţi să rămâi în realitate. Prin dorinţe nu faci altceva decât să te mişti în vise. Viitorul este un vis, iar când proiectezi ceva în el vei fi frustrat. Acum distrugi realitatea pentru un vis viitor. Acest obicei al minţii va rămâne în tine. Este întărit în fiecare zi. Când viitorul tău apare sub forma prezentului, mintea te va conduce spre un alt viitor. Chiar dacă ai putea să ajungi la Dumnezeu, tot nu ai fi satisfăcut. În modul în care exişti, este imposibil.

Mintea ta se va îndrepta întotdeauna spre viitor. Această mişcare a minţii în viitor este dorinţa. Dorinţa nu este interesată de obiect: dacă vrei sex sau meditaţie – nu contează. Dorinţa este problema – faptul că doreşti.

*

Înseamnă că nu te afli aici. Înseamnă că nu te afli în momentul real, iar clipa prezentă este singura uşă care se deschide spre existenţă. Trecutul şi viitorul nu sunt uşi, ci ziduri.

Eu nu pot numi o dorinţă ca fiind spirituală. Dorinţa ca atare este lumească. Dorinţa este lumea. Nu există dorinţă spirituală. Acesta este doar un truc al minţii – o amăgire. Tu nu vrei să părăseşti dorinţa şi astfel schimbi doar obiectele acesteia. Mai întâi ai dorit prestigiu, bunăstare, bogăţii, faimă. Acum spui că nu doreşti astfel de lucruri lumeşti. Le condamni şi odată cu ele, pe toţi cei care şi le doresc. Tu visezi la împărăţia lui Dumnezeu, la nirvāṇa, *sat-chit-ananda* la Brahman. Te simţi bine. Crezi că eşti transformat, dar nu ai făcut nimic. Rămâi acelaşi.

Doar te păcăleşti singur. Iar acum eşti foarte tulburat, deoarece crezi că nu dorinţele au dispărut. Însă rămâi acelaşi. Mintea, funcţionarea minţii este neschimbată. Încă nu trăieşti în prezent. Obiectele dorinţelor s-au schimbat, dar goana, visarea rămâne şi

visarea este dorinţa – nu obiectul.

Încearcă să mă înţelegi. Eu spun că fiecare dorinţă este lumească, deoarece dorinţa este lumea. Aşa că nu este o chestiune de a schimba obiectele dorinţelor. Este o chestiune de mutaţie, de o revoluţie de la dorinţă la non-dorinţă; nu de la dorinţe vechi spre dorinţe noi sau de la cele lumeşti la cele supralumeşti, sau de la cele materiale la cele spirituale – nu! De la dorinţă la non-dorinţă, aceasta este revoluţia!

Cum să reuşeşti? Te poţi mişca doar dacă ai o dorinţă. Dacă ai vreun motiv, vreun profit, atunci vei putea să te îndrepţi undeva. Însă astfel nu realizezi nimic. Prin non-dorinţă vei atinge beatitudinea eternă. Chiar aşa este, însă imediat cum auzi aşa ceva, vei face din aceasta un obiect de dorit şi atunci pierzi totul.

Beatitudinea nu este un rezultat, ci o consecinţă a unei profunde înţelegeri. Deci, încearcă să înţelegi: odată cu dorinţa apare şi suferinţa. Dar să nu crezi că deja cunoşti acest lucru. Nu cunoşti nimic; altminteri cum ai mai putea să te îndrepţi spre dorinţă?

Încă nu ai devenit conştient de faptul că dorinţa este o suferinţă, un iad. Fii conştient! Când doreşti ceva, fii conştient. Atunci mişcă-te cu dorinţa fiind pe deplin conştient.

Fiecare dorinţă te conduce spre suferinţă, chiar dacă este sau nu îndeplinită. Dacă este satisfăcută, atunci vei ajunge mai repede; dacă nu este, atunci va mai dura ceva timp – dar fiecare dorinţă te îndreaptă spre suferinţă. Fii atent la întregul proces şi curgi odată cu el. Nu este nicio grabă, deoarece nimic nu se poate face în grabă, iar dezvoltarea spirituală, cel puţin, este imposibilă în grabă. Mişcă-te încet şi cu răbdare. Urmăreşte fiecare dorinţă şi observă cum aceasta devine o uşă spre iad. Dacă eşti atent, mai devreme sau mai târziu, vei realiza faptul că dorinţa este iadul. În clipa în care ajungi să realizezi acest lucru, dorinţele vor dispărea. Te vei afla într-o stare magnifică – nu spun într-o stare fără-de-dorinţe, ci doar în „nedorire”.

Ţine minte însă că nu o poţi practica; doar dorinţele pot fi practicate. Cum ai putea practica nedorirea? Nu poţi, doar dorirea poate fi practicată.

Însă fii atent şi vei observa că aceasta te va conduce la suferinţă. Iar când vei realiza cu adevărat acest lucru, dorinţele vor dispărea. Crezi că vei mai putea să te conduci singur spre suferinţă? Acum, crezi că te îndrepţi spre fericire, dar nu este aşa. Acest lucru s-a întâmplat timp de vieţi întregi. Întotdeauna ai avut impresia că ai descoperit uşa care ducea spre rai, dar după ce intrai observai că te aflai în iad. Oricine trece prin aşa ceva, fără excepţie.

Intră pe deplin atent în fiecare dorinţă şi permite-i să te conducă spre suferinţă. Apoi, brusc, într-o zi îţi va apărea maturitatea, desăvârşirea: vei realiza faptul că fiecare dorinţă este o suferinţă.

În acel moment dorinţele dispar. Nu este nicio nevoie să faci ceva; dorinţa va dispărea pur şi simplu, iar tu vei rămâne într-o stare de nedorire. Acolo este nirvāṇa, beatitudinea absolută. O poţi denumi cum vrei, dar ţine minte că ea nu este un rezultat al dorinţei. Este o consecinţă a nedorinţei, iar aceasta nu poate fi practicată.

Cei care „practică” non-dorinţa nu fac altceva decât să se păcălească singuri. Mulţi o fac: călugări, sannyasini, *bhikkhus*. Nu o poţi practica. Ei tânjesc după beatitudinea care îi aşteaptă în viitor, undeva dincolo de moarte. Nu fac altceva decât să dorească şi numesc aceasta „dorinţă spirituală”.

Te poţi păcăli foarte uşor. Cuvintele amăgesc. Tu raţionezi. Denumeşti otrava ca fiind „ambrozie” şi atunci chiar crezi că este aşa. Cuvintele hipnotizează – acesta este un punct esenţial. Însă această senzaţie, această realizare cum că dorinţa este suferinţă, trebuie să fie a ta.

Mary Stevens a scris despre vizita ei la un prieten care avea o fată oarbă. Mary Stevens însă a rămas uimită, deoarece fetiţa putea spune: „Acest om îmi place, celălalt nu. Culoare rochiei este frumoasă sau nu”.

Mary Stevens a întrebat-o: „Cum poţi simţi că cineva este frumos sau urât?”

Fetiţa a răspuns: „Surorile mele mi-au spus”. Iată cunoaşterea tuturor.

Într-adevăr, Buddha a spus că dorinţa este suferinţă, dar tu doar repeţi vorbele sale. Aceasta este doar cunoaştere împrumutată. Tu încă doreşti şi nu ai realizat faptul că este aşa. Doar ai citit ceea ce a spus Buddha, însă acest lucru nu va avea niciun efect. Doar îţi vei irosi viaţa şi posibilitatea pe care o ai acum. Experienţa proprie este singura care te poate ajuta; nimic altceva nu te transformă. Cunoaşterea nu poate fi împrumutată. Dacă este, atunci este falsă. Apare ca fiind cunoaştere, dar nu este. Dar care este motivul pentru care noi îi urmăm pe Iisus sau Buddha? De ce? Datorită lăcomiei. Îi privim ochii lui Buddha, iar aceştia sunt atât de liniştiţi încât apare imediat dorinţa să fim ca el. Buddha este atât de beatific – se află în extaz în fiecare clipă. Atunci ne apare dorinţa să fim ca el.

Apoi începem să ne întrebăm cum a ajuns Buddha la acea stare. Acest „cum” creează multe probleme. Buddha va răspunde că s-a realizat prin „non – dorinţă” Are dreptate, aşa s-a întâmplat – în nedorinţă. Imediat începem să o practicăm, să părăsim dorinţele lumeşti. Nu încercăm decât să imităm.

Buddha nu a încercat să imite; el nu a vrut să fie un buddha. Doar a vrut să îşi înţeleagă propria suferinţă – şi cu cât a apărut mai multă înţelegere, cu atât mai repede a dispărut suferinţa. Apoi, într-o zi a înţeles că dorinţa este otrava. Doreşte şi vei fi o victimă care nu mai are nicio posibilitate să fie fericită. Poţi doar spera – speranţe şi frustrări. Cu cât speranţele vor fi mai mari, cu atât mai pătrunzătoare va fi frustrarea – te vei învârti în cerc. Iar când eşti frustrat, începi să speri mai mult, deoarece aceasta este singura consolare. Continui să te îndrepţi spre viitor, pentru că în prezent eşti veşnic frustrat. Frustrarea apare datorită trecutului tău.

În trecut, acest prezent era viitorul la care ai sperat. Acum acesta este doar o frustrare. Imediat începi să speri din nou pentru ceva viitor. Apoi, vei deveni iarăşi frustrat.

Din nou vei spera şi tot aşa. Acesta este un cerc vicios. Iată roata *samsarei*.

Niciun buddha nu îţi poate oferi ochii săi. Şi este mai bine că nu poate să ţi-i dea, pentru că atunci ai fi rămas veşnic fals. Nu vei deveni niciodată autentic. Suferinţa este bună, deoarece prin ea vei fi mai real şi mai autentic. Primul lucru: mişcă-te împreună cu dorinţele pe care le ai pentru a le putea înţelege. Experimentează orice suferinţă ascunsă în ele. Permite-le să ţi se dezvăluie. Aceasta este adevărata austeritate – *tapascharya*.

Naropa a spus că dacă poţi fi atent, orice dorinţă te poate conduce spre nirvāṇa. Aşa este, deoarece atunci vei vedea cum te conduce dorinţa spre suferinţă. Iar când ai încercat fiecare ungher al acţiunii de a dori, brusc te vei opri. În acea oprire apare ceea ce cauţi. Aceea a fost întotdeauna acolo. Ea te aşteaptă să o întâlneşti în prezent, însă tu nu te afli niciodată aici şi acum; doar visezi. Realitatea este cea care te susţine; datorită realului eşti viu şi exişti. Cu toate acestea, tu nu faci altceva decât continui să te îndrepţi spre ireal. Acesta este foarte hipnotizant.

Am auzit o glumă. Doi prieteni s-au întâlnit după mulţi ani şi unul dintre ei i-a spus celuilalt: „Nu te-am mai văzut de 25 de ani. Ce mai face fiul tău, Harry?”

Prietenul i-a răspuns: „El este unul dintre cei mai mari poeţi. Este cunoscut în întreaga ţară. Mulţi cred că va ajunse un laureat al premiului Nobel”.

„Minunat! Dar al doilea fiu, Benny, ce mai face?”

„Şi de el sunt foarte mulţumit. Este un mare conducător politic. Mii de oameni îl urmează. Sunt convins că în cele din urmă va deveni prim – ministru”.

„Oh! Ce norocos eşti! Dar Izzie, cel de-al treilea, ce face?”

Tatăl a devenit trist şi a spus: „Izzie? Este tot Izzie. Este croitor. Dar îţi spun, dacă nu ar fi fost el, am fi murit toţi de foame”.

Şi tatăl său era trist pentru că Izzie era doar un croitor. Poetul sau politicianul sunt doar nişte vise. Izzie

este realitatea-croitorul. „Dacă nu ar fi fost Izzie, am fi murit cu toţii de foame”.

Tu nu ai fi existat dacă nu ar fi fost acest moment. *Acesta* este real. Însă tu nu eşti niciodată bucuros. Eşti fericit doar cu visele tale despre viitor, despre premii Nobel, despre prim-miniştri. Chiar acum „Izzie este doar un croitor”. Realitatea ta este acolo unde eşti înrădăcinat; visele pe care le ai un au o bază reală. Ele sunt false. Revino la termenii realităţii din momentul prezent. Întâlneşte realitatea oricum ar fi ea şi nu îi permite minţii să se îndrepte spre viitor. Viitorul este dorinţa. Dacă poţi fi aici şi acum, eşti un buddha. Dacă nu poţi fi aici şi acum, atunci totul este doar un vis.

Şi va trebui să te reîntorci, deoarece visele nu te vor conduce nicăieri. Nu te vor îndrepta decât spre speranţă şi frustrare, însă prin acestea nu se întâmplă nimic real. Ţine minte: tu nu poţi imita. Va trebui să treci prin suferinţă. Aceasta este calea. Ea te purifică, te face atent şi conştient. Cu cât eşti mai conştient, cu atât vei fi mai lipsit de dorinţe. Când eşti perfect conştient dorinţele s-au evaporat. Iar meditaţia nu înseamnă altceva decât o conştientizare perfectă.

2. Te rog, explică cum poate cineva să fie transformat spiritual, fiind pe deplin implicat în acţiuni precum furia, ura sau violenţa.

Da, poţi fi total transformat prin furie, ură sau violenţă dacă devii conştient. Şi nici nu există altă cale – deoarece tu exişti în violenţă, în furie, în lăcomie sau pasiune. Calea începe doar din locul în care te afli. Eu nu spun să creezi nonlăcomia în locul lăcomiei; îţi spun să fii lacom, dar având o minte alertă şi atentă – fii furios, însă fii total pentru ca să suferi total, astfel ca să simţi întreaga otravă a furiei. Este necesar să treci prin foc. Nimeni altcineva nu o poate face pentru tine; nu poţi împuternici pe cineva să treacă prin foc pentru tine. Însă toţi au impresia că este posibil să o facă alţii în locul lor.

Creştinii continuă să creadă faptul că Iisus le aduce salvarea. Încă nu s-a întâmplat aşa ceva. Lumea rămâne

neschimbată. Au trecut deja două mii de ani de când a fost crucificat şi noi încă mai aşteptăm ca altcineva să sufere pentru noi. Nu! Fiecare trebuie să îşi care propria cruce, Iisus a fost crucificat; el s-a realizat. Tu încă nu ţi-ai atins scopul. Va trebui să treci prin crucificare. Şi iată care este crucificarea ta: faptul că acolo există furia, pasiunea, violenţa, lăcomia, gelozia.

Ce faci cu ele? Societatea te învaţă să creezi un antipol. Eşti lacom, atunci reprimă lăcomia şi crează-ţi o minte nelacomă. Apare furia, reprim-o! Nu fi furios, ci împinge-o în interior şi continuă să zâmbeşti. Ce se întâmplă? Furia se va acumula în interior, va deveni un rezervor plin cu energie care este gata să explodeze. Iar tu, râzi. Acest zâmbet este fals, deoarece cum ai putea zâmbi când în interior eşti plin de furie? O poţi face, dar va fi un lucru fals.

Fiecare om este divizat în două – un zâmbet fals şi o furie reală. Zâmbetul fals devine personalitatea ta, iar furia reală devine sufletul tău. Eşti divizat şi te vei afla într-o luptă continuă. Iar prin acel zâmbet fals nu poţi fi fericit. Nu păcăleşti pe nimeni cu el. Fericirea nu poate exista atât timp cât furia se zbate să iasă la suprafaţă. Aceasta este situaţia – un zâmbet fals şi o furie reală. Tot ce este bun este fals şi tot ce este rău este real. Realul este ascuns, iar falsul exprimat. Iată schizofrenia de care suferă orice om – nu numai divizat, dar care se află într-un conflict continuu cu el însuşi, întreaga viaţă şi energie este irosită în această luptă. A lupta este o stupiditate, dar asta se întâmplă.

Tot ceea ce vreau să spun este să nu îţi creezi în jurul tău nimic care să fie fals. Falsul nu te va conduce niciodată spre real, ci doar spre mai multă falsitate. Permite-i realului să se exprime total. Dar nu trebuie să înţelegi că te îndemn să îţi urmezi furia orbeşte. Nu! Meditează asupra ei. Închide-te în cameră şi varsă-ţi furia asupra unei perne, de exemplu. Nu este nicio nevoie să iei la bătaie pe cineva, deoarece acest lucru nu te va ajuta la nimic. Nu vei face decât să dai naştere la un lanţ întreg de probleme.

Scrie pe pernă numele prietenului sau duşmanului tău – ţine minte, că suntem mai furioşi pe prieteni decât pe duşmani. Pune o poză a soţiei sau soţului şi eliberează-ţi violenţa. Bate sau fă ce doreşti cu perna. Dar, să nu simţi că faci un lucru stupid. Acelaşi lucru erai să îl faci asupra unei persoane – ceea ce era cu adevărat prostesc. Să nu crezi că este o stupiditate. Aşa eşti: stupid şi nu te poţi transforma prin reprimare. Priveşte-ţi prostia, observă-te cum eşti cu adevărat. Permite-ţi să te exprimi total; scoate totul afară. Iar dacă poţi fi real, vei realiza pentru prima oară ce fel de violenţă sau furie este ascunsă în tine. Eşti un vulcan care poate erupe în orice clipă.

Vulcanul poate erupe oricând. Chiar o face în fiecare zi. Sunt oameni care omoară într-o clipită, iar cu un moment înainte erau la fel de normali ca şi tine.

Nimeni nu bănuia că acea persoană drăguţă a ajuns un criminal. Nimeni nu crede acest lucru despre tine, dar tu ai o multitudine de gânduri criminale. De multe ori ai plănuit şi te-ai gândit la aceasta. Este imposibil să nu-ţi fi trecut prin cap astfel de gânduri. De multe ori te-ai gândit chiar să te sinucizi. Psihologii afirmă că cei cărora nu le-a trecut un asemenea gând prin minte, sunt idioţi. Ei afirmă că un om normal se gândeşte la sinucidere de cel puţin zece ori pe parcursul vieţii – de cel puţin zece ori! – şi de zece mii de ori să ucidă pe altcineva. Posibilitatea există.

Observă ce se întâmplă dacă faci din furie un act meditativ. O vei simţi cum apare în întregul corp. Dacă îi permiţi, atunci fiecare celulă va fi umplută de furie. Fiecare por, fiecare fibră a trupului va deveni violentă. Permite-i corpului să înnebunească, nu te retrage. Curgi odată cu energia şi după ce uraganul va dispărea, vei simţi pentru prima dată un centru. Acolo se va produce un calm şi o linişte deplină. Când furia va fi dispărut, nu vei simţi nicio remuşcare şi nicio părere de rău, deoarece acum nu ai mai îndreptat-o asupra nimănui. Nu va exista niciun fel de vinovăţie. Vei fi uşurat. Când această furie interioară este aruncată afară, îţi apare tăcerea, iar aceasta va fi reală – nu forţată.

Poţi sta în *padmasana* – postura lotusului – te poţi forţa, dar maimuţica din interior nu vasta deloc liniştită. Acum doar corpul va fi static. Mintea va înnebuni mai mult decât era înainte. Devino conştient de acea nelinişte care apare când încerci să practici meditaţia. De ce se întâmplă aşa? Când nu meditezi nu eşti la fel de agitat. De ce începe mintea să hoinărească atunci când te apuci de meditaţie? De ce eşti copleşit de gânduri? Atunci în nemişcarea trupului poţi simţi maimuţăreala minţii. Ai un contrast.

Însă tăcerea forţată nu este de folos. Nu vei reuşi să meditezi, iar dacă se întâmplă, vei adormi. Tăcerea impusă se transformă în somn. Este bun, dar doar pentru faptul că te reîmprospătează; altminteri nu are niciun folos. Tăcerea reală apare doar atunci când energia reprimată este eliberată complet. Iar tulburările există doar datorită energiilor reprimate. Eliberează energia şi te vei simţi uşurat.

Fiecare fibră a corpului va fi relaxată. În această relaxare poţi afirma că te afli cu adevărat într-o stare de non-furie. Ţine minte: realul este întotdeauna absenţa – *nu* opusul! În absenţa lăcomiei, a sexului sau a gelozie, înfloreşte realitatea ta, deoarece bolile au dispărut. Acum va înflori sănătatea ta interioară şi odată cu aceasta nu vei mai putea reprima nimic. Furia este acumulată doar datorită faptului că te pierzi pe tine.

Tu nu eşti înfuriat pe nimeni, ci doar pe tine însuţi. Însă continui să proiectezi furia asupra altora; dacă nu ai face aşa, atunci ai înnebuni. Acesta este motivul pentru care cauţi scuze. Eşti furios pentru că nu te găseşti pe tine: nu îţi găseşti destinul. Nu ţi se deschide nicio posibilitate din toate care le ai şi devii furios. Timpul trece şi tu nu eşti transformat.

Moartea se apropie şi tu rămâi veşnic nemulţumit. Datorită faptului că nu te-ai realizat, că nu ai scos la iveală potenţialitatea care o ai, deoarece nu ai devenit ceea ce poţi deveni, eşti furios şi violent. Apoi, începi să cauţi scuze.

Îţi arunci furia asupra tuturor. Nu furia este

problema. Dacă crezi că violenţa este vinovată, atunci greşeşti. Este o problemă a realizării-de-sine. De ce este omul violent? De ce este distructiv? Deoarece el este împotriva sa, împotriva propriei fiinţe; deoarece există. Şi atunci, începe să simtă că este împotriva întregii lumi.

Un buddha este tăcut şi non-violent, dar nu din cauză că a practicat aceste lucruri, ci pentru că s-a realizat pe sine. Floarea a înflorit complet – nu mai este nimic de făcut. Ea este mulţumită. Acolo nu mai rămâne decât simpla gratitudine arătată existenţei. Un buddha este mulţumit. Nimic nu mai este greşit; nu se mai plânge de nimic. Când înfloreşti cu adevărat, totul este în regulă. Datorită acestui fapt, Buddha nu putea vedea niciun fel de probleme. Totul este bun! Acesta este motivul pentru care Buddha nu este un revoluţionar. A fi revoluţionar înseamnă a fi capabil să vezi mizeria, să simţi întregul iad care se află peste tot înjur. Pentru a fi revoluţionar trebuie să simţi că totul este greşit. Buddha, Mahāvīra au existat, dar nu au fost revoluţionari. De ce? La mulţi le apare această întrebare.

Când cineva este liniştit cu el însuşi, totul este bine. Acela nu poate fi distructiv, ci doar creativ. Revoluţia sa poate fi doar creativă. Tu nu poţi vedea nimic creativ; nu poţi fi capabil să vezi decât distrugerea.

Lenin este privit ca fiind un revoluţionar, dar nu şi un buddha. Peste tot în lume există revoluţionari. Continuă să apară. Motivul? Datorită faptului că din ce în ce mai puţine persoane îşi realizează potenţialităţile. Toţi sunt violenţi şi puşi pe distrugere – deoarece dacă nu găsesc niciun sens în vieţilor lor, atunci cum ar putea găsi vreun sens în vieţile altora? Mahāvīra este atent să nu omoare nici chiar o insectă – el s-a realizat. Acum el cunoaşte chiar şi potenţialitatea unui ţânţar. Un ţânţar nu este doar o insectă; este o posibilitate. Are o potenţialitate infinită: el poate deveni divin. Mahāvīra nu îl poate distruge, îi este imposibil. El îl poate doar ajuta. Nu este preocupat decât să-l ajute, astfel ca potenţialul ţânţarului să devină actual.

Tu eşti doar o sămânţă. Un mare destin este ascuns

în tine, dar nu realizezi nimic. Potenţialul este irosit; sămânţa rămâne în continuare o sămânţă. Este şi normal să te simţi furios. Generaţiile tinere sunt şi mai furioase decât cele bătrâne deoarece acestea sunt mai conştiente de existenţa potenţialităţii. Însă nimic nu devine actual şi de aceea apare atât de multă frustrare. Dacă nu poţi fi creativ, cel puţin să fii distructiv; prin distrugere îţi simţi puterea. Furia, violenţa, sunt forţe distructive. Ele apar deoarece nu există creativitate.

Nu fi împotriva lor. Mai degrabă ajută-le să fie eliberate. Nu le suprima: ajută-le să se evapore din tine.

Atunci va deveni prezent opusul lor – de fapt, ceea ce crezi tu că este opus. Atunci vei realiza tăcerea, iubirea, compasiunea. Acestea nu trebuie cultivate. Ele există la fel precum un pârâu ascuns printre bolovani. Înlătură pietrele şi el va începe să curgă. Absenţa rocilor este îndeajuns pentru ca el să curgă liniştit.

Iubirea există în tine precum un pârâu, furia este o piatră. Înlătur-o.

Însă, de fapt, o împingi mai înăuntru. Atunci forţezi şi curentul să intre mai adânc. Aruncă piatra. Nu este nicio nevoie să loveşti pe cineva cu ea. Vrei să loveşti, deoarece nu ştii cum să o arunci fără să faci asta. Nu este nicio nevoie să răneşti pe altcineva. Iar dacă vei reuşi, toţi vor profita. Deoarece atât timp cât exista în tine, ceilalţi o simţeau.

Când eşti furios, oricât de mult ai reprima-o, ea este simţită. Vibrezi de furie, eşti înconjurat de o subtilă tristeţe. Oricine îşi dă seama că ai fost pătruns de o boală. Devii repulsiv. Chiar atitudinea pe care o ai îţi dă o aromă nepotrivită.

Poate că nu eşti conştient de acest lucru, dar biochimiştii spun că fiecare sentiment al omului – iubire, sex, furie, violenţă – are un anumit miros. Când apare furia, trupul eliberează un anumit miros. Când iubeşti, calitatea acestuia va fi diferită. În pasiunea sexuală corpul emană un cu totul alt miros.

Animalele sunt atrase unele de altele prin miros –

când femela este pregătită, organele ei sexuale eliberează un anumit miros de care masculul este imediat atras. Acest miros arată faptul că ea este pregătită. Poate că ai văzut cum se miros câinii unii pe alţii. Când eşti sexual şi tu eliberezi un

*

anumit miros. În furie emani un cu totul altul miros. În mod conştient, nimeni nu observă aceste lucruri, dar inconştient toţi le simt.

Ţine minte: este mai bine să te eliberezi de anumite sentimente. Iar cerul este destul de mare pentru ca energia eliberată să nu se mai întoarcă la tine. El va absorbi totul şi tu vei fi uşurat. În orice act fii total şi meditativ – chiar şi în furie, în violenţă sau în sex. O poţi face. După aceea te vei simţi diferit.

Când eşti singur, închide uşa şi acţionează la fel ca atunci când te afli cu o femeie. Permite-i întregului corp să se mişte. Fă tot ce vrei – ţipă, sări, mişcă-te. Dar acţionează total. Uită de orice altceva – de inhibările care ţi le-a impus societatea şi altele. Fii, mişcă-te în actul sexual singur şi meditativ, însă implică acolo întreaga ta sexualitate.

Societatea este mereu prezentă prin celălalt. Este dificil să simţi o iubire profundă atunci când nu eşti singur. Doar într-o iubire reală şi intimitate adevărată este posibil să te manifeşti aşa cum simţi cu adevărat.

Iată ce înseamnă intimitatea: să fii cu iubita ca şi cum ai fi singur, fără frica de celălalt. Doar atunci te poţi mişca total în actul sexual; altminteri, celălalt este întotdeauna o prezenţă inhibitorie. Partenerul te priveşte: „Ce face? A înnebunit complet? Se comportă ca un animal!”

În urmă cu câteva zile, venise la mine o femeie care începuse să se plângă de soţul ei: „Nu pot tolera aşa ceva. Ori de câte ori facem dragoste, el începe să se comporte ca un animal”.

Celălalt te priveşte: „Ce tot face? A înnebunit?” Iar fiecare a fost învăţat faptul că sunt lucruri care se pot face şi lucruri care nu se pot face. Iată inhibarea; nu te poţi

comporta aşa cum simţi.

Însă când există iubire, atunci te poţi mişca ca şi cum ai fi singur. Iar când două corpuri devin unul, acestea vor avea un singur ritm. Atunci dizolvarea este totală, se evaporă şi trăirea erotică este maximă. Sexul este magnific, este cel mai frumos lucru posibil – dar nu întotdeauna. Când întâlnirea este perfectă, când cei doi devin un singur ritm, o armonie, când respiraţia devine una, iar *prana*, energia, curge în cerc, când cei doi au dispărut complet şi corpurile sunt un întreg, negativul şi pozitivul, masculinul şi femininul au dispărut, atunci actul sexual este cel mai minunat lucru posibil. Dar din nefericire, aceasta nu se produce întotdeauna.

Dacă nu ai o relaţie de iubire adevărată, atunci poţi avea o stare erotică intensă chiar şi singur fiind, dar într-o stare meditativă. Închide camera, meditează, pătrunde în el şi permite-i corpului să se mişte fără să îl mai controlezi. Renunţă la tot controlul!

Soţii se pot ajuta foarte mult unul pe celălalt, în special în tantra: însă trebuie să existe participare sinceră şi profundă. Uită de civilizaţie şi întoarce-te în Grădina Edenului. Nu îţi mai aminti de măr – de fructul din copacul cunoaşterii. Fiţi precum Adam şi Eva înainte de a fi expulzaţi. Întoarce-te înapoi! Fiţi precum două animale inocente şi trăiţi-vă sexualitatea în deplinătatea ei. Atunci veţi fi transformaţi.

Se vor întâmpla două lucruri. În primul rând, sexualitatea va dispărea. Actul sexual poate că va rămâne, însă sexualitatea se va evapora. Iar când aceasta nu mai există, atunci sexul este divin. Când speranţele, năzuinţele, dorinţele cerebrale nu mai există, când actul a devenit o simplă implicare – total, o mişcare a întregii tale fiinţe, nu numai a minţii – atunci devine divin. Sexualitatea este prima care va dispărea. Apoi, poate dispărea şi sexul, pentru că odată ce îi cunoşti esenţa, o poţi atinge şi fără actul în sine.

Dar tu încă nu ai cunoscut acea esenţă, acel miez, deci cum l-ai putea atinge? Licărirea apare printr-un act

sexual total. Odată cunoscut acel miez poţi străbate calea până la el şi prin alte căi. Doar priveşte o floare şi te vei afla în acelaşi extaz. Doar priveşte stelele şi vei atinge apogeul.

Odată ce cunoşti calea, vei şti că aceasta se află în interiorul tău. Soţia sau soţul doar te ajută să-l cunoşti. Iar tu, la rândul tău, o ajuţi pe ea. Este înăuntrul tău! Celălalt a fost doar o provocare. Celălalt a fost doar un imbold care să te ajute să cunoşti ceva ce se afla dintotdeauna în interiorul tău.

Acelaşi lucru se întâmplă între un maestru şi un discipol. Maestrul este doar un imbold care te ajută să vezi ceea ce a fost dintotdeauna ascuns în tine. Maestrul nu îţi dă nimic. El *nu* poate da; nu este nimic de oferit.

Iar tot ce se poate da, nu are niciun fel de valoare, deoarece nu poate fi altceva decât un lucru, un obiect.

Valoare reală are doar ceea ce nu poate fi dat, ci provocat. Un maestru doar te provoacă. El te ajută să ajungi la un punct în care să poţi realiza ceea ce se află deja acolo. Iar odată ce cunoşti acel ceva, nu mai este nevoie de maestru.

Sexul poate dispărea, dar mai întâi dispare sexualitatea. Atunci sexul devine un act pur, inocent; iar după un timp va dispărea şi el. Acesta este adevăratul celibat. Acesta nu este opus sexului, ci este doar absenţa sa. Ţine bine minte această diferenţă. Tu nu mai conştientizezi abstinenţa, celibatul. Vechile religii continuă să condamne furia şi sexul. Ele sunt băgate în aceeaşi categorie. Nu sunt aşa! Ele nu aparţin aceleiaşi categorii! Furia este distructivă. Sexul este creativ. Religiile vechi le condamnă pe toate la fel: furia, lăcomia, sexul, gelozia. Nu sunt similare! Gelozia este distructivă întotdeauna! Nu este niciodată creativă; din ea nu poate apărea nimic. Furia este veşnic distructivă, dar nu şi sexul! Sexul este sursa creativităţii. Divinul l-a folosit pentru creaţie. La ora aceasta, sexualitatea este precum gelozia, furia sau lăcomia – întotdeauna distructivă. Sexul nu este aşa – nefericirea constă în faptul că noi nu cunoaştem sexul pur,

ci doar sexualitatea.

O persoană care caută şi priveşte filme sau poze pornografice nu caută sexul, ci sexualitatea. Sunt persoane – şi pe multe le cunosc chiar foarte bine – care nu pot face dragoste până când nu se uită pe reviste sau la filme pornografice. Se excită doar atunci când văd acele poze. Soţia reală nu mai înseamnă nimic. O poză, un nud dintr-o fotografie este mult mai erotică. Însă acea excitare nu face parte din fiinţa lor, ci se află doar în minte.

Sexualitatea înseamnă sex transferat în mental; faptul de a gândi la sex este sexualitate. Însă trăirea lui este un lucru complet diferit. Iar dacă îl poţi trăi, atunci îl poţi şi depăşi, vei putea trece dincolo. Orice este trăit te va conduce dincolo. Deci, nu-ţi fie teamă de nimic. Trăieşte totul! Dacă crezi că este distructiv pentru alţii, atunci fii singur, nu îl face în prezenţa altora. Dacă crezi că este creativ, atunci găseşte-ţi un iubit sau o iubită. Deveniţi un cuplu, un cuplu tantric în care fiecare curge pe deplin. Dacă simţi totuşi că prezenţa celuilalt este inhibitorie, atunci îl poţi face singur.

3. Un iluminat visează vreodată? Ne poţi spune câte ceva despre calitatea şi natura somnului unui iluminat?

Nu, o persoană iluminată nu poate visa. Iar dacă eşti îndrăgostit de vise, atunci este mai bine să nu devii iluminat. Fii atent! Visul este o parte a somnului. Pentru a visa trebuie să adormi. Visele apar doar în inconştienţă. O persoană iluminată este conştientă chiar şi când doarme. Aceasta nu poate deveni inconştientă. Chiar dacă o anesteziezi – doar periferia va adormi. Ea rămâne conştientă – conştiinţa sa nu poate fi tulburată.

În Gita, Krishna spune că în timp ce toţi ceilalţi dorm, yoghinul este treaz. Dar aceasta nu înseamnă că yoghinii nu dorm noaptea; dorm, însă somnul lor are o calitate diferită. Acolo doar trupul doarme. Este o odihnă.

Somnul tău nu este o odihnă. Poate fi chiar o epuizare, iar dimineaţa te poţi simţi chiar mai obosit decât seara. Cum poţi fi dimineaţa mai obosit decât seara? Este un paradox!

Întreaga noapte nu a fost altceva decât o tulburare interioară. Corpul nu s-a putut odihni, deoarece mintea a fost foarte activă. Iar activitatea minţii este foarte epuizantă pentru corp, deoarece ea nu poate acţiona fără el.

Ce înseamnă să devii iluminat? Un singur lucru: devii perfect conştient. Orice apare sau se petrece în minte eşti conştient. Iar în clipa în care devii conştient, anumite lucruri încetează. Ele nu dispar decât prin conştientizare. Este ca şi cum aduci o lumină într-o cameră întunecată: acolo întunericul va dispărea. Dar nu vor dispărea şi celelalte lucruri: biblioteca, fotoliile, toate celelalte vor rămâne. Prin lumină nu dispare decât întunericul.

Cel care este iluminat nu face altceva decât să îşi aprindă lumina interioară. Acea lumină este conştientizarea. Prin această conştientizare somnul dispare – nimic altceva. Dar atunci, calitatea ta va fi diferită. În tot ce vei face vei fi perfect conştient, iar lucrurile care ţin de sfera inconştientului nu mai le poţi înfăptui – devin imposibile.

Acela nu mai poate fi furios – dar nu pentru că a luat o decizie; el *nu poate* fi furios. Furia poate exista doar în inconştienţă. Deci, nemaiexistând inconştienţă, furia nu mai are nicio temelie pe care să se sprijine. El nu poate urî; ura există doar când eşti inconştient. El devine iubire – dar nu pentru că decide acest lucru. Când acolo apare conştiinţa, iubirea începe să curgă – este ceva natural. Visarea devine imposibilă, deoarece ea are nevoie, în primul rând, de inconştienţă.

În fiecare dimineaţă, Ananda îi spunea lui Buddha: „Este un miracol; este foarte ciudat. Tu nu te mişti niciodată în timp ce dormi”. Buddha rămânea în aceeaşi poziţie toată noaptea.

Poate că ai văzut statui care îl înfăţişează pe Buddha dormind. Acea poziţie este denumită „postura întinsă”. El nu se mişca deloc întreaga noapte. Ananda îl întreba: „Spune-mi, ce faci toată noaptea? Cum poţi sta fără să te mişti?”

Buddha îi răspundea: „Înainte mă mişcam în timp ce dormeam, dar atunci nu eram un buddha. Mă mişcam inconştient şi m-am întrebat de ce fac asta? Dar acum am devenit conştient şi nu mai este nevoie. Dacă vreau, mă pot mişca, dar nu mai este ceva inconştient. Iar corpul este atât de relaxat…”

Conştiinţa pătrunde chiar şi în visare. Poţi practica şi poţi ajunge să stai nemişcat în timpul somnului, însă nu înseamnă că ai devenit iluminat. Nu este dificil să practici şi să îţi impui. În câteva zile vei reuşi. Dar nu aceasta este esenţa. Dacă îl vezi pe un buddha mişcându-se în timp ce doarme, nu gândi: „Aha! Uite că se mişcă în somn. Asta mă pune pe gânduri”.

Depinde. El este conştient. Dacă doreşte să se mişte, o va face.

Pentru mine s-a întâmplat exact invers. Înainte de a deveni conştient, dormeam întotdeauna într-o singură poziţie. Nu-mi aduc aminte să mă fi mişcat vreodată. Dar după aceea mă mişc în fiecare noapte. Chiar şi cinci minute de stat într-o singură poziţie sunt îndeajuns pentru mine. Trebuie să mă mişc mereu. Dar sunt conştient. Deci, depinde. Din exterior nu poţi deduce nimic. Acest lucru este posibil doar din interior.

Pentru un iluminat, conştientizarea va rămâne chiar şi în timpul somnului. Atunci visele nu mai sunt posibile. Ele au nevoie de inconştienţă – acesta este un lucru; şi visele au nevoie de experienţe neterminate – acesta este al doilea lucru. Iar pentru o persoană iluminată nu mai există experienţe neterminate, suspendate, incomplete. Totul este complet. A mâncat, iar după aceea nu se mai gândeşte să mănânce din nou. Când simte foamea, va mânca, dar între timp nu se va gândi la ce va mânca.

S-a îmbăiat; acum nu se mai torturează cu ideea băii de mâine. Când va veni timpul, dacă mai este în viaţă, o va face. Dacă situaţia îi permite se va îmbăia, dar acolo nu mai există gândirea. Acţiunile există, dar nu şi gândirea asupra lor.

Tu ce faci? Doar repeţi. Astăzi repeţi în minte cum va

fi ziua de mâine. La fel ca un actor care trebuie să apară într-un spectacol. De ce repeţi? Când vine timpul, vei fi acolo.

Iluminatul trăieşte în moment, în act şi trăieşte atât de complet şi total, încât acolo nu mai rămâne nimic suspendat. Când ceva rămâne incomplet, acela se va completa prin vise. Visul este o completare. El apare deoarece mintea nu poate lăsa nimic să fie incomplet. Dacă rămâne ceva incomplet, acolo va începe să apară o nelinişte interioară. Iar tot ce nu mai poate fi completat în starea de veghe se va efectua prin visare. Atunci mintea se simte relaxată.

De fapt, ce visezi? Doar acţiuni incomplete. Poate că în timpul zilei ţi-ai dorit să săruţi o femeie şi nu ai putut. Acum o vei săruta în vis şi mintea se va simţi relaxată; este eliberată o tensiune.

Visarea nu este altceva decât o completare. O persoană iluminată este completă. Orice ar face, face atât de complet, de total, încât nimic nu rămâne suspendat. Nu mai este necesară visarea. Visarea sau gândirea din timpul zilei vor fi oprite.

Aceasta nu înseamnă că el este incapabil să raţioneze. Dacă are nevoie, o poate face. Când îl întrebi ceva, îţi va răspunde. Dar tu mai întâi gândeşti şi apoi răspunzi, la un iluminat răspunsul este gândirea sa. Nu se poate spune nici aşa, deoarece acolo nu există nicio pauză. Se poate spune că gândeşte cu voce tare. Repetiţia a încetat, gândirea şi visarea au dispărut. El trăieşte viaţa. Prin gândire şi visare nu faci altceva decât să pierzi viaţa.

47. MEDITAŢIA TANTRICĂ CARE FOLOSEŞTE LUMINA

31. III.1973, Bombay

SUTRE:

70. Consideră esenţa ta ca raze de lumină urcând pe coloană din centru în centru, şi tot astfel „viaţa „va răsări în fiinţa ta.

71. Sau, între spaţiile dintre centri, simte aceasta ca o fulgerare luminoasă.

72. Percepe cosmosul ca o eternă prezenţă translucidă.

Omul este de trei feluri: normal, anormal şi supranormal. Psihologia occidentală se ocupă, în general de omul anormal, patologic. Psihologia orientală, tantra şi yoga, priveşte omul din pun et de vedere supranormal – ca cel care a trecut dincolo de normal. Omul patologic este anormal, deoarece el nu este sănătos; iar cel supranormal este de asemenea a-normal, deoarece este *mai* sănătos decât orice fiinţă umană normală. Diferenţa este ca aceea dintre negativ şi pozitiv.

Psihologia occidentală s-a dezvoltat ca o parte a psihoterapiei. Freud, Jung, Adler şi alţii, tratează omul anormal, cel bolnav mental. Din această cauză întreaga atitudine occidentală faţă de om a devenit eronată. Freud a studiat cazuri patologice. Desigur, niciun om sănătos nu mergea la el. Freud a crezut că prin studierea bolnavilor mentali putea înţelege omul. Însă fiinţele patologice nu sunt cu adevărat oameni – sunt bolnave şi orice concluzie bazată pe un studiu asupra acestora va fi eronată şi periculoasă. Chiar s-a dovedit acest lucru. Dacă se alege o anumită stare a minţii, iar aceasta este bolnavă, patologică, atunci întreaga imagine a omului devine fundamentată pe boală. Iar datorită acestei atitudini întreaga societate occidentală a decăzut – deoarece chiar fundaţia ei este omul bolnav, pervertit, patologic.

Dacă studiezi doar cazuri anormale, nu poţi concep e că există fiinţe supranormale. Un buddha este imposibil de conceput pentru Freud. Un buddha nu poate fi o realitate, ci doar ceva fictiv, mitologic. Freud a venit în contact doar cu oameni anormali şi orice ar afirma el despre cei normali este bazat pe studiul celor bolnavi. Este la fel ca un medic. Nimeni care este sănătos nu se duce la el. Şi studiind multe cazuri de oameni bolnavi îşi creează o imagine a omului. Această imagine însă nu poate fi a omului real, deoarece omul nu este doar o boală. Iar când îţi bazezi întregul concept pe boală, întreaga societate va suferi.

Psihologia orientală, în special tantra şi yoga, are un

alt concept privitor la om. Acesta însă este bazat pe studiul făcut asupra supranormalului – Buddha, Patañjali, Shankara, Nagarjuna, Kabir, Nanak – fiinţe care au atins culmea posibilităţii şi potenţialităţii umane. Nu inferiorul, ci superiorul a fost luat în considerare. Atunci mintea îţi va rămâne deschisă; vei putea creşte, deoarece ştii că poţi atinge culmi mai înalte. Când te limitezi la inferior, atunci creşterea este stopată. Nu mai există imboldul, provocarea. Dacă aparţii tipului normal, te vei simţi bine. Este îndeajuns. Măcar nu te afli într-un azil de nebuni. Însă îţi lipseşte provocarea.

Dacă însă, cauţi supranormalul, posibilitatea cea mai măreaţă, dacă ai văzut că cineva s-a realizat, atunci imediat devii conştient de faptul că şi în tine există posibilitatea de a o atinge. Nu vei mai fi satisfăcut cu ceea ce eşti. Sunt posibile culmi mai înalte şi acestea te aşteaptă. Acest lucru trebuie bine înţeles. Doar atunci va fi înţeleasă psihologia tantrică. Nu starea actuală în care exişti este finalul. Tu te afli chiar la mijloc. Poţi cădea sau te poţi ridica.

Dezvoltarea fiinţei tale nu s-a terminat. Încă nu eşti un produs final. Ceva creşte constant în tine.

Tantra îşi bazează întreaga tehnică pe această posibilitate de creştere. Şi ţine minte: până când nu devii ceea ce poţi deveni, nu vei fi mulţumit. Tu *trebuie* să devii ceea ce poţi deveni – trebuie! Altminteri vei fi frustrat, vei simţi că viaţa nu are niciun rost. Vei trăi, dar nu vei avea nicio bucurie de pe urma ei. Poţi avea succes în multe lucruri, dar vei da greş faţă de tine. Acest lucru chiar se întâmplă. Cineva se îmbogăţeşte şi toţi cred că el a reuşit în viaţă. El însă ştie că a dat greş. Are bogăţii, dar totuşi este falit. Lumea aceasta este ciudată: toţi cred că ai reuşit – numai tu nu poţi observa acest lucru.

Mulţi vin şi îmi spun că au tot ce le trebuie, dar totuşi le lipseşte ceva.

Au dat greş, dar unde au greşit? În ceea ce priveşte lucrurile exterioare au reuşit, însă unde au greşit? Potenţialitatea lor interioară a rămas neînflorită, încă nu

au atins ceea ce Maslov a denumit „actualizarea-sinelui”. În interior sunt complet faliţi, în cele din urmă nu are importanţă ce spun alţii. Ceea ce simţi tu este important. Dacă tu simţi că ai dat greş, atunci nu mai contează dacă ceilalţi cred că eşti un Napoleon sau un Alexandru cel Mare. Mai degrabă acest lucru te va deprima şi mai mult. Pe tine nu te poţi păcăli. Mai devreme sau mai târziu va trebui să priveşti în tine însuţi şi să vezi ce s-a întâmplat. Viaţa este irosită. Ai renunţat la o mare posibilitate şi ai adunat doar lucruri nefolositoare.

Actualizarea-de-sine se referă la culmea cea mai înaltă a dezvoltării tale, când vei putea simţi o mulţumire profundă şi să spui: „Acesta este destinul meu, pentru asta am existat” Tantra este interesată tocmai de această actualizare a sinelui – cum să te poată ajuta să creşti mai mult. Şi ţine minte: tantra se ocupă de tine, nu de idealuri. Este interesată de felul în care exişti şi ce poţi deveni.

Diferenţa este mare. Toate învăţăturile se ocupă de idealuri. Te îndeamnă să devii precum Buddha sau Iisus. Tu trebuie să fii conform acelor idealuri. Tantra însă nu are pentru tine niciun ideal. Idealul tău necunoscut se află ascuns în tine; acesta nu îţi poate fi impus din afară. Nu este nevoie să devii ca Buddha. Un singur Buddha este îndeajuns şi nicio imitaţie nu are valoare. Existenţa este veşnic unică, ea nu se repetă niciodată; repetiţia este plictiseală. Existenţa este mereu nouă, etern nouă – aşa că niciun buddha nu este imitat. Un asemenea fenomen magnific nu se repetă niciodată.

De ce? Pentru că este plictisitor. Care este folosul? Doar ceea ce este unic are sens; niciodată imitaţiile. Doar dacă eşti original este îndeplinit destinul tău. Copiază şi vei pierde.

Tantra nu îţi spune niciodată să fii una sau alta; ea nu îţi oferă niciun ideal. Nu vorbeşte niciodată despre idealuri; de aici şi numele de „tantra”. Ea este preocupată de „cum” poţi deveni, nu se ocupă de „ce”. Acest „ce” va fi furnizat chiar de creşterea ta. Doar foloseşte tehnica şi potenţialitatea ta interioară va deveni actuală. Această

posibilitate neexprimată va deveni accesibilă şi se va deschide. Doar atunci vei realiza ceea ce este ea. Nimeni nu poate spune ce este. Până când nu devii, nimeni nu poate prezice ceea ce poţi deveni.

Deci, tantra îţi oferă doar tehnici – niciodată idealuri. Aceasta este diferenţa între ea şi toate învăţăturile morale. Chiar dacă astfel de învăţături vorbesc şi ele despre tehnici, totuşi îţi oferă idealuri. Tantra nu urmăreşte niciun ideal; tu eşti idealul, iar viitorul tău este complet necunoscut. Niciun ideal din trecut nu poate fi de ajutor, deoarece nimic nu se poate repeta, iar dacă se întâmplă, atunci acela nu are niciun sens.

Călugării zen spun să fii atent în meditaţie: dacă îl întâlneşti pe Buddha, omoară-l imediat; nu îi permite să apară. Călugării zen urmează învăţăturile lui Buddha şi totuşi te îndeamnă să faci un asemenea lucru. Însă o fac datorită faptului că idealul de Buddha, personalitatea sa este atât de hipnotizantă încât vei uita de tine şi atunci vei pierde calea. Nu Buddha este idealul, ci tu însuţi. Acesta trebuie descoperit.

Tantra îţi oferă tehnici prin care te poţi descoperi. Comoara se află în adâncul tău. Aşa că ţine minte acest al doilea lucru: este foarte dificil să crezi că tu însuţi eşti idealul – este dificil deoarece nimeni nu te acceptă. Nici chiar tu însuţi nu te accepţi. Tu te condamni în permanenţă. Întotdeauna gândeşti în termeni de imitare, iar acest lucru este foarte periculos. Dacă vei continua, vei ajunge un fals şi totul va deveni confuz şi neclar. Totul va deveni mecanic şi nu vei mai simţi realul. Realitatea ta se va distruge, vocea ta reală se va pierde întocmai ca la un aparat telefonic. Nu fi mecanic, fals, ci fii real.

Tantra crede în tine. Acesta este motivul pentru care atât de puţini oameni o acceptă – deoarece nimeni nu crede în el însuşi.

Tantra crede în tine şi îţi spune că tu eşti realul, nu imita pe nimeni. Copierea va crea în jurul tău o personalitate falsă, o pseudo-personalitate. Vei continua să exişti prin ea şi vei crede că eşti tu însuţi, dar nu este aşa.

Iată al doilea lucru important: nu există un ideal fix. Nu gândi în termeni de viitor, ci doar în termeni ai prezentului.

Nu există un viitor fix şi este bine că este aşa, altminteri nu ar mai fi existat libertate. Atunci omul ar fi fost un robot. Tu nu ai niciun viitor dinainte stabilit. Ai o multitudine de posibilităţi; te poţi dezvolta în multe moduri. Iar singurul lucru care îţi va oferi satisfacţia totală va fi faptul că creşti – într-un asemenea mod încât fiecare dezvoltare va induce instantaneu o alta. Tehnicile acestea sunt ştiinţifice şi te ajută enorm. Prin ele eşti salvat de la o căutare îndelungată. Dacă nu cunoşti nicio tehnică, îţi va lua vieţi întregi să ajungi să te dezvolţi. În cele din urmă vei ajunge unde trebuie, deoarece energia vieţii se mişcă în permanenţă. Ea va continua să se înalţe până la vârful cel mai înalt – acesta este şi motivul pentru care omul renaşte mereu. Lasă-te în voia ei şi vei fi realizat – dar vei călători un timp extrem de îndelungat, iar o astfel de călătorie va fi foarte dificilă şi plictisitoare.

Cu un maestru şi prin anumite tehnici, îţi va lua puţin timp. În plus, vei economisi multă energie. Iar uneori este posibil ca în câteva secunde să creşti atât de mult cum nu ai fi reuşit în câteva vieţi. Foloseşte tehnica potrivită şi creşterea va ajunge la apogeu. Aceste tehnici au fost experimentate de mii de ani. Ele nu au fost create de un singur om, ci de foarte mulţi căutători. Aici ţi se oferă doar esenţa lor. În aceste 112 tehnici au fost convertite toate tehnicile existente în lume. Ele sunt esenţa întregii căutări spirituale. Nimic nu a fost pierdut din vedere. Însă nu toate sunt bune pentru tine, va trebui să le practici. Doar unele îţi vor fi de ajutor şi va trebui să le găseşti singur. Iar pentru acest lucru ai două posibilităţi: ori să începi să cauţi singur şi să înveţi din greşelile pe care le faci şi, în cele din urmă să te opreşti la una singură; ori te predai unui învăţător şi acesta va afla metoda care ţi se potriveşte. Iată cele două moduri. Poţi alege.

Acum tehnicile de astăzi:

70. Consideră esenţa ta ca raze de lumină urcând pe

coloană din centru în centru, şi tot astfel „viaţa „va răsări în fiinţa ta.

Multe metode yoghine sunt bazate pe această tehnică. Mai întâi trebuie să o înţelegi şi apoi o poţi încerca. Vertebrele, coloana este baza minţii şi a corpului. Capul, mintea este partea finală a coloanei. Întregul corp îşi are rădăcina în aceasta. Când ea este tânără şi tu eşti tânăr. Dacă este bătrână şi tu vei fi bătrân. Dacă îţi poţi menţine coloana tânără vei îmbătrâni foarte greu. Totul depinde de coloană. Dacă este vie, atunci vei avea o minte strălucitoare. Cu cât este mai rigidă şi inertă, cu atât vei avea o minte mai greoaie. Toate tehnicile din yoga te învaţă cum să îţi menţii vie coloana vertebrală, cum să o faci mai flexibilă, mai tânără, mai plină de lumină.

Coloana vertebrală are două capete: începe din centrul sexului şi se termină în *sahasrara*, cel de-al şaptelea centru din creştetul capului. Începutul ei este ataşat de pământ, iar sexul este lucrul cel mai pământesc. Acolo eşti în contact cu natura, cu ceea ce Samkhya a denumit a fi *prakriti* – pământul, materia. În ultimul centru, în sahasrara te afli în contact cu Divinul. Acest cuvânt „sahasrara” nu poate fi tradus, însă i s-au dat multe denumiri simbolice.

Aceştia sunt cei doi poli ai existenţei tale: sexul şi sahasrara. Dacă viaţa ta va fi orientată spre sex, atunci energia va curge în jos, spre pământ. Dacă viaţa este orientată spre sahasrara, atunci energia se eliberează spre cosmos. Din sahasrara tu curgi în *Brahman*, în Existenţa Absolută. Din sex curgi spre existenţa relativă. Acestea sunt cele două posibilităţi. Iar până când energia nu va fi sublimată, suferinţa ta nu va lua sfârşit. Poţi avea străfulgerări ale fericirii, însă doar atât – chiar unele foarte iluzorii.

Când energia se ridică, vei avea din ce în ce mai multe străfulgerări reale. Iar odată ce atinge sahasrara şi este eliberată de acolo, vei avea beatitudinea absolută. Aceasta este *nirvāṇa*. Atunci nu va mai exista nicio străfulgerare: tu devii însăşi beatitudinea. Întregul efort

depus de yoga şi tantra este acela de a ajuta energia să se ridice prin coloană, să învingă atracţia gravitaţiei. Sexul urmează gravitaţia. Pământul este cel care atrage totul; energia ta sexuală este atrasă de el. Poate că ai auzit, dar astronauţii au simţit cu adevărat – în momentul în care au depăşit gravitaţia pământului nu s-au mai simţit sexuali. Când corpul îşi pierde din greutate, sexualitatea dispare, se dizolvă.

Este natural ca pământul să-ţi atragă energia, deoarece aceasta vine din pământ. Când mănânci creezi în interior o energie a vieţii – aceasta vine din pământ şi pământul o atrage înapoi. Totul se întoarce spre sursă. Iar dacă va continua să se mişte astfel, dacă energia va fi în permanenţă scursă spre pământ, atunci te vei renaşte mereu. Poţi face acest lucru la infinit, dacă nu faci un salt. Ieşi din cerc. Sări precum astronauţii. Atunci gravitaţia este distrusă. Şi chiar poate fi!

Aici ţi se oferă tehnicile prin care poţi scăpa de ea – acestea îţi spun cum să îndrepţi energia spre coloană şi să o faci să se ridice pentru a atinge centrii superiori; cum să poţi descoperi în interior noi energii şi cum devii o nouă persoană odată cu fiecare înălţare a energiei. Iar în clipa în care energia este eliberată din sahasrara, tu nu mai eşti om. Ai deveni divin, nu mai aparţii pământului. Corpurile lui Buddha sau Krishna sunt la fel ca al tău – şi ele se vor îmbolnăvi şi vor muri – însă un lucru este diferit în ei: energia lor a rupt cordonul gravitaţiei.

Un asemenea lucru nu este vizibil. Uneori, când te afli lângă un buddha, poţi simţi. Brusc, simţi cum în interior se ridică energia. Doar atunci ştii că se întâmpla ceva. Prin simpla prezenţă a unui maestru iluminat, este posibil ca energia să se înalţe.

Un buddha este mai puternic decât pământul; când te afli aproape de el, pământul nu mai poate face nimic. Energia este atrasă ca de un magnet. Cei care au simţit acest lucru când s-au aflat lângă un Iisus, un Buddha, un Krishna, l-au denumit pe acesta Dumnezeu. Iluminaţii au o sursă diferită de energie, care este mai puternică decât

cea a pământului.

Cum poate fi distrus cordonul? Aceasta tehnică te poate ajuta. Mai întâi trebuie să mai înţelegi un lucru foarte important: energia sexuală se mişcă odată cu imaginaţia. Ai observat? Doar prin imaginaţie centrul sexual începe să funcţioneze. Fără imaginaţie nu poate funcţiona. De aceea, când iubeşti poate funcţiona chiar mai bine – deoarece odată cu iubirea apare şi imaginaţia. Dacă nu iubeşti este mai dificil. El nu va funcţiona aşa de bine.

Acesta este şi motivul pentru care în vremurile antice nu existau decât femei prostituate nu şi bărbaţi. Este dificil pentru un bărbat să fie activ, dacă nu iubeşte. Poţi plăti un bărbat să întreţină raporturi sexuale, dar dacă nu are o imaginaţie bogată nu poate face nimic. Femeile o pot face, deoarece ele sunt partea pasivă. Pot fi total detaşate; pot chiar să nu simtă nimic. Când faci dragoste cu o prostituată, nu faci dragoste cu un corp real – ci doar cu un cadavru.

Centrul sexual funcţionează prin imaginaţie. De aceea, chiar şi în vise bărbaţii pot avea erecţie şi ejaculare. Visele nu sunt decât imaginaţie. S-a observat că orice bărbat normal, sănătos din punct de vedere fizic, are cel puţin zece erecţii pe noapte. Erecţia se produce prin orice mişcare a minţii spre sex.

Mintea are multe facultăţi, una dintre acestea este voinţa. Însă funcţia sexuală nu o poţi influenţa prin voinţă. În privinţa sexului, voinţa este neputincioasă. Încearcă şi te vei simţi impotent. Voinţa nu funcţionează niciodată asupra funcţiei sexuale; doar imaginaţia funcţionează. Încearcă şi vei vedea cum centrul sexual începe să funcţioneze. De ce accentuez acest fapt? Dacă prin imaginaţie energia este influenţată, atunci înseamnă că o poţi mişca cum doreşti. Sângele nu îl poţi mişca prin imaginaţie – nimic altceva nu poţi mişca prin aceasta decât energia sexuală. Acesteia îi poţi schimba direcţia.

Această sutra spune: *Consideră esenţa ta ca raze de lumină* – gândeşte-te la fiinţa ta, la tine, ca la nişte raze de

lumină – *urcând pe coloană din centru în centru* – în sus prin coloană – *şi tot astfel „viaţa" va răsări în fiinţa ta*. Sistemul yoga a împărţit coloana vertebrală în şapte centri. Primul este centrul vital, iar ultimul este sahasrara – între aceştia mai existând alţi cinci. Unele sisteme divid coloana în nouă, altele în trei, altele în patru. Dar acest lucru nu are importanţă, îţi poţi face propria ta divizare. Este îndeajuns să lucrezi cu cinci centri: primul este centrul sexual, al doilea se află chiar la nivelul ombilicului, al treilea la nivelul inimii, al patrulea în spatele spaţiului dintre cele două sprâncene.

Al cincilea este sahasrara, chiar în creştetul capului. Acestea cinci sunt îndeajuns.

Considera esenţa ta... ceea ce înseamnă să te imaginezi pe tine: închide ochii şi imaginează-te ca şi cum ai fi nişte raze de lumină. La început va fi doar imaginaţie, dar în cele din urmă nu va mai fi aşa, deoarece totul este constituit din lumină. Ştiinţa, precum şi tantra, spune că totul este constituit din particule de lumină – inclusiv tu. De aceea, în Coran se afirmă că Dumnezeu este lumină. Tu eşti lumină! La început, imaginează-ţi că eşti precum razele de lumină, apoi îndreaptă-ţi mintea spre centrul sexual. Concentrează-te şi simte cum razele de lumină se ridică din centru, ca şi cum acesta a devenit o sursă de lumină, iar razele se ridică spre ombilic. Este nevoie de această divizare; altminteri îţi va fi dificil să legi centrul sexual direct de sahasrara. Aceste mici divizări vor fi de ajutor. Însă dacă poţi face legătura fără ele, atunci numai ai nevoie de acestea. Poţi renunţa la orice divizări şi energia vieţii se va ridica precum lumina spre sahasrara. Pentru început este mai bine să te foloseşti de aceste divizări, deoarece mintea poate concepe mai repede ceea ce este fragmentat.

Simte cum energia – razele luminoase – se ridică precum un râu de lumină din centrul sexual spre cel al ombilicului. Imediat vei simţi cum în tine se ridică o căldură şi buricul începe să se încălzească. Această căldură chiar poate fi simţită fizic. După ce simţi că şi

centrul ombilicului a devenit o sursă de lumină – simţi cum razele vin şi se adună aici – atunci poţi începe să le îndrepţi spre inimă. Bătăile inimii vor fi diferite. Respiraţia va deveni mai profundă şi o căldură îţi va învălui inima. Mergi mai sus.

Considera esenţa ta ca raze de lumina urcând pe coloana din centru în centru, şi tot astfel „viaţa" va răsări în fiinţa ta. Iar prin căldura pe care o simţi, vei realiza că acolo îţi apare o vioiciune, o vitalitate, o lumină interioară nemaiîntâlnită. Energia sexuală are două părţi: fizică şi psihică. În corp, totul este dual: corp-minte, material-spiritual. Energia sexuală are două părţi. Cea materială este sămânţa; aceasta însă nu se poate ridica, nu este loc pentru ea. Din acest motiv, mulţi fiziologi occidentali spun că metodele tantrice şi yoghine nu au niciun sens şi le neagă total. Cum ar putea energia sexuală să se ridice prin coloană? Nu există niciun pasaj pentru ea. Au dreptate, dar totuşi greşesc. Într-adevăr, partea materială, sămânţa nu se poate ridica – dar aceasta nu este totul. Ea este doar trupul energiei sexuale şi nu energia însăşi. Energia este partea psihică şi ea este cea care se ridică. Ea este cea care foloseşte pasajul şi centrii din coloană – fenomen care trebuie simţit. Nefericirea este că mulţi nu mai pot simţi nimic.

Îmi aduc aminte de un psihoterapeut care a scris despre o pacientă de-a sa. El încerca să îi trezească simţirea. De exemplu, o lua de mână, îi spunea să închidă ochii şi să relateze ceea ce simte. Ea îi răspundea: „Îţi simt mâna". Terapeutul îi spunea: „Nu, nu simţi asta.

Aceasta este doar gândirea ta, interferenţa ta. Într-adevăr, te ţin de mână, dar tu nu simţi asta. Spune-mi ce simţi?"

„Degetele tale" – îi răspundea femeia.

„Nu, aceasta nu este simţirea ta. Nu începe să deduci. Doar ţine ochii închişi şi conştientizează locul în care este mâna mea; atunci spune-mi ce simţi".

„Este minunat! Nu îmi dădeam seama, dar simt presiune şi căldură".

Când te atinge cineva, tu nu poţi simţi decât presiune şi căldură. Mâna este o deducţie, este intelectul şi nu simţirea. Căldură şi presiune, aceasta este senzaţia. Noi am pierdut complet capacitatea de a simţi. Va trebui să îţi dezvolţi simţirea şi doar atunci poţi practica tehnici precum aceasta. Altminteri ele nu vor avea niciun efect. Dacă nu simţi, doar vei gândi, vei raţiona că simţi şi acolo nu se va produce nimic. Mulţi îmi spun: „Ne-ai dat o tehnică despre care ai spus că ne va ajuta, dar nu se întâmplă nimic”. Ei au pierdut o dimensiune – aceea a simţirii. Mai întâi, trebuie să îţi dezvolţi simţirea.

Poţi face un lucru. Urmăreşte un copil timp de o oră – va fi mai bine şi mai satisfăcător decât să urmăreşti un buddha. Dacă copilaşul merge în patru labe, fă şi tu la fel ca el. Urmează-l şi vei simţi pentru prima dată că îţi apare o nouă energie a vieţii. Vei deveni din nou copil. Priveşte-l şi urmează-l. El va merge peste tot, în fiecare colţ al camerei; va atinge totul va gusta, va mirosi orice. Urmează-l.

Mai demult ai fost şi tu copil; ai făcut aceleaşi lucruri. Copilul trăieşte în simţire. El nu raţionează, nu gândeşte. Dacă vede un măr, îl gustă. Gustă şi tu la fel ca un copil. Priveşte-l: este total absorbit. Întreaga lume a dispărut – acolo doar mărul este. De fapt, nu mai există nici mărul şi nici copilul – doar mâncatul. Urmează-l pe un copil timp de o oră şi te vei îmbogăţi, vei fi diferit. Mecanismele de apărare vor dispărea, armura va cădea şi vei începe să priveşti lumea aşa cum o priveşte orice copil – din dimensiunea simţirii, Atunci vei începe să te bucuri chiar şi de ţesătura covorului pe care păşeşti, îi vei simţi presiunea şi căldura. Dar nu gândi. Omul poate învăţa multe de la copii, iar astfel, mai devreme sau mai târziu, inocenţa ta reală va erupe. Ai fost şi tu copil şi de aceea vei şti cum să redevii ca el. Doar că ai uitat.

Centrul simţirii trebuie să înceapă să funcţioneze şi doar atunci îţi vor fi de ajutor tehnicile. Altminteri doar vei gândi că energia se ridică. Iar dacă simţirea nu există, imaginaţia este sterilă, complet nefolositoare. Doar o

imaginaţie simţitoare poate da rezultate. Poţi încerca şi cu alte lucruri pentru care nu ai nevoie să depui niciun fel de efort. De exemplu, te duci la culcare:

simte patul, aşternutul, perna – răcoarea acestora. Întinde-te şi joacă-te cu ele.

Închide ochii şi ascultă zgomotul traficului, sau ticăitul ceasului, sau şuieratul vântului – orice. Doar ascultă.

Nu eticheta, nu spune nimic. Doar trăieşte în senzaţie. Nu folosi mintea. Dimineaţa, la primul moment, când simţi că somnul a dispărut, nu începe să gândeşti. Pentru câteva clipe fii din nou ca un copil – inocent, proaspăt. Nu începe să raţionezi. Nu te gândi că trebuie să pleci la serviciu sau că trebuie să prinzi trenul. Vei avea timp şi pentru acest non-sens. Acum doar aşteaptă. Pentru câteva momente doar ascultă zgomotul. O pasăre cântă sau vântul suflă printre frunze, ori un copil plânge, ori auzi cum vine lăptarul. Simte orice se întâmplă. Fii senzitiv, deschis. Permiteri să se întâmple ţie şi atunci sensibilitatea ta va creşte.

Când faci un duş, simte-l pe întreg corpul – fiecare strop de apă care te atinge. Simte atingerea, căldura, răcoarea! încearcă acest lucru ori de câte ori ai şansa şi peste tot ai această şansă – peste tot! Respiră şi simte respiraţia – mişcarea ei – doar simte-o! Simte-ţi propriul corp. Până acum nu ai făcut-o niciodată.

Nouă ne este foarte teamă de trupurile noastre. Nimeni nu îşi atinge propriul corp într-un mod iubitor. Ai arătat iubire propriului tău corp? Oricine se teme să se atingă, iar acest lucru se datorează faptului că încă din copilărie ne-a fost negată atingerea. A te atinge într-un mod iubitor pare o masturbare, însă dacă nu te poţi atinge într-un mod iubitor, atunci trupul va muri. Deja nu mai simte nimic. Atinge-ţi ochii cu palmele. Simte atingerea şi ochii se vor simţi imediat proaspeţi şi vii. Simte-ţi întregul corp. Simte corpul iubitei, sau al iubitului, sau al prietenului. Masajul este foarte bun. Două persoane se pot masa una pe cealaltă şi îşi pot simţi corpurile. Astfel vei

deveni mai senzitiv, mai sensibil.

Creează sensibilitate şi simţire. Atunci îţi va fi foarte uşor să practici aceste tehnici şi vei simţi cum apare în tine „viaţa”. Nu îţi irosi aiurea energia. Permite-i să ajungă în sahasrara. Dar ţine minte: dacă te apuci de acest experiment, nu îl lăsa neterminat, nu îl abandona la jumătate de drum. Trebuie să îl termini. Ai grijă să nu te tulbure nimeni. Dacă renunţi la jumătate, această energie poate deveni periculoasă. Ea trebuie să fie eliberată.

Îndreapt-o spre cap şi simte cum capul a deveni o deschidere.

A

În India, centrul sahasrara este simbolizat printr-un lotus cu o mie de petale. „Sahasrara” înseamnă o mie de petale – o deschidere cu o mie de petale. Închipuie-ţi un lotus deschis care are o mie de petale, iar din fiecare petală această energie luminoasă se îndreaptă spre cosmos. Acesta este, din nou, un act de iubire – dar acum nu mai este cu natura, ci cu finalul, cu întregul. Este tot un orgasm.

Există două tipuri de orgasm: sexual şi spiritual. Cel sexual răsare din centrul cel mai de jos, iar cel spiritual din centrul cel mai înalt. Prin cel inferior întâlneşti inferiorul, iar din cel superior întâlneşti supremul. Poţi încerca acest exerciţiu chiar şi în timpul unui act sexual: ambii iubiţi îl pot realiza. Orientează energia în sus şi atunci actul sexual devine *tantra sadhana* – meditaţie.

Este foarte important să nu laşi energia undeva în corp, în vreun centru. Ai grijă să nu fii deranjat deloc. Nu părăsi energia în vreun centru anume, deoarece este un lucru foarte periculos. Deci, fii cât mai conştient. Această metodă necesită o intimitate absolută. Trebuie dusă la capăt. Trebuie completată. Nu este o joacă. Energia trebuie să ajungă la cap şi eliberată de acolo.

Vei avea experienţe diferite. Când vei simţi că razele de lumină încep să se ridice din centrul sexual, îţi pot apărea erecţii sau alte senzaţii asemănătoare. Mulţi bărbaţi vin la mine speriaţi şi îmi spun că ori de câte ori

încep să mediteze intră în erecţie. Se întreabă speriaţi: „Ce se întâmplă?” Le este teamă, deoarece cred că în meditaţie nu trebuie să apară nimic legat de sex. Însă omul nu cunoaşte funcţiile vieţii. Ceea ce se întâmplă este un semn bun: arată că energia este vie. Deci nu te speria şi nu crede că ceva este greşit.

Este un semn favorabil. În meditaţie, centrul sexual devine mai sensibil, mai excitat, iar la început, excitarea va fi asemănătoare cu aceea din oricare act sexual – însă doar la început. Cu cât meditaţia se aprofundează, cu atât vei simţi mai multă energie înălţându-se. Şi cu cât se înalţă mai mult, cu atât centrul sexual va fi mai tăcut şi mai liniştit.

Când energia va fi ajuns în sahasrara, în centrul sexual nu va mai exista nicio senzaţie. Acesta va fi pe deplin tăcut. Se va fi răcit complet şi căldura se va fi ridicat în cap. Acest lucru se percepe clar. Dacă centrul sexual devine excitat, el se încălzeşte; îi poţi simţi căldura, este fizică. Dacă energia se ridică din centrul sexual, acesta va deveni din ce în ce mai rece şi căldura se va duce spre cap.

În clipa în care energia va ajunge la cap, te vei simţi ameţit. Uneori poţi simţi chiar greaţă, deoarece nu eşti obişnuit. Capul trebuie să se acomodeze. Dar nu te teme. Uneori poţi chiar leşina, dar nu este un motiv pentru care să te sperii. Se poate întâmpla. Această inconştienţă nu poate dura mai mult de o oră. În acest răstimp, energia este în mod automat eliberată sau cade înapoi. Nu poţi rămâne inconştient mai mult de o oră. Eu spun o oră, dar de fapt sunt exact 48 de minute. Nu poate dura mai mult. Mii de ani de experimente au demonstrat acest lucru, aşa că nu te teme. Dacă devii inconştient, este în regulă. După această inconştienţă te vei simţi atât de proaspăt, încât poţi spune că ai avut cel mai profund somn din viaţa ta.

Yoga denumeşte această stare ca *yoga tandra* – somn yoghin. Este foarte profund; atunci pătrunzi în centrul tău cel mai adân c. Dar nu are de ce să îţi fie teamă. Iar dacă ţi se încălzeşte capul, acesta este un semn bun. Eliberează

energia. Simte-te ca şi cum capul s-ar deschide ca o floare de lotus – şi energia este eliberată în cosmos. Iar în timp ce aceasta este eliberată, vei simţi că îţi apare o răcoare magnifică pe care nu ai întâlnit-o niciodată. Însă trebuie să faci tehnica complet; nu o lăsa neterminată.

71. Sau, între spaţiile dintre centri, simte aceasta ca o fulgerare luminoasă.

Este o metodă similară, dar cu o mică diferenţă. *Sau, între spaţiile dintre centri, simte aceasta ca o fulgerare luminoasă*. Între un centru şi celălalt, când apar razele, poţi să le simţi ca un fulger. Pentru unii este mai potrivită prima tehnică, iar pentru alţii cea de-a doua. Acesta este motivul modificării ei. Sunt oameni care nu pot să îşi imagineze acest fenomen decât producându-se treptat şi alţii care pot doar să şi-l imagineze în salturi. Dacă încerci prima tehnică şi simţi că razele sar de la un centru la altul, atunci nu o mai practica. Înseamnă că a doua tehnică este mai bună pentru tine. *Simte aceasta ca o fulgerare luminoasă* – ca o scânteie de lumină ce sare de la un centru la următorul. Iar aceasta este mult mai reală, deoarece lumina nu creşte treptat, ci doar face salturi.

Priveşte, lumina produsă de electricitate. Crezi că este constantă, dar nu este. Acolo există pauze, însă sunt atât de infime încât nu le poţi detecta. Electricitatea merge în salturi. Un salt şi apoi urmează o pauză a întunericului. O altă săritură şi apoi din nou o pauză. Tu însă nu simţi niciodată acest hiatus, deoarece este foarte rapid. Altminteri în fiecare moment nu ar fi existat decât întuneric.

Modificarea tehnicii a fost realizată pentru a-i ajuta pe cei care pot să îşi imagineze aceste salturi. *Sau, între spaţiile dintre centri, simte aceasta ca o fulgerare luminoasă*. Doar încearcă. Dacă te simţi mai bine prin creşterea treptată a razelor, atunci este în regulă. Dacă nu, atunci imaginează-ţi că totul se petrece asemănător fulgerelor, care sar dintr-un loc într-altul.

Pentru femei este mai uşoară prima tehnică, iar pentru bărbaţi cea de-a doua. Mintea feminină concepe

mai uşor un fenomen care se produce treptat. Mintea masculină este mai „săltăreaţă” – de la un lucru la altul. Acolo există o subtilă nelinişte. Mintea femeii urmăreşte mai uşor un proces gradat. Acesta este motivul pentru care logica femeii şi a bărbatului sunt complet diferite. O femeie nu poate înţelege cum un bărbat poate trece cu atât de multă uşurinţă de la un lucru la altul. Pentru ea, acolo trebuie să existe o creştere, o dezvoltare treptată. Dar alege. Încearcă-le şi alege-o pe cea care o simţi potrivită.

Încă două sau trei lucruri referitoare la această metodă. Prin fulgerare poţi simţi o căldură atât de puternică încât să ţi se pară insuportabilă. Dacă simţi acest lucru, atunci nu o încerca. Fulgerul îţi poate produce o căldură extraordinară şi uneori explozia poate fi atât de puternică încât te vei înspăimânta şi nu vei mai fi capabil să o practici. Atunci renunţă.

Trebuie să fii în permanenţă conştient de faptul că nu are de ce să îţi fie teamă. Dacă simţi că apare frica şi că este ceva peste puterile tale, atunci nu o practica. Mai bine practici prima tehnică, cea cu razele de lumină. Oamenii diferă şi unii pot simţi insuportabile chiar şi aceste raze care cresc şi se înalţă treptat.

Atunci închipuie-ţi razele ca fiind reci. Astfel vei simţi răcoare în loc de căldură. Şi aceasta poate avea efect. Decide singur; practică şi decide, însă ţine minte – şi trebuie să îţi aminteşti faţă de fiecare tehnică – dacă simţi că nu poţi suporta sau începi să devii neliniştit, atunci opreşte-te. Mai există şi alte metode, poate că nu aceea este potrivită pentru tine. Dacă începi să devii tulburat, vei crea mai multe tulburări decât poţi rezolva.

Din această cauză, în India, am dezvoltat un concept special, numit *sahaja*. Sahaja înseamnă spontan, uşor, natural. Aminteşte-ţi întotdeauna de acest *sahaja*. Dacă simţi în mod spontan că o tehnică este bună pentru tine, apropiată; dacă simţi că prin ea devii mai sănătos, mai viu, atunci ea îţi este potrivită. Ai încredere în ea şi practic-o. Nu crea probleme nenecesare. Iar mecanismul interior

este atât de complex, încât poţi distruge totul dacă te suprasoliciţi. Este mai bine să practici tehnica cu care te simţi în armonie.

72. Percepe cosmosul ca o eternă prezenţă translucidă.

Şi aceasta are legătură cu lumina: Percepe cosmosul ca o eternă prezenţă translucidă. Dacă ai luat vreodată droguri – LSD sau ceva asemănător – atunci ai avut experienţa prin care întreaga lume care te înconjoară devine un fenomen viu, translucid, plin de culori. Aceasta însă nu se datorează LSD-ului. Lumea chiar este aşa, dar ochii tăi au devenit insensibili, mărginiţi. Nu drogul este cel care creează acel fenomen. Lumea este deja colorată, este un curcubeu de culori – un mister colorat şi translucid. Problema este că ochii îţi sunt mărginiţi şi de aceea nu poţi vedea acele culori minunate.

LSD-ul doar îţi limpezeşte ochii. El nu colorează lumea, ci doar ajută în mod chimic la curăţarea ochilor. Este un fenomen extraordinar. Chiar şi un scaun banal devine magnific. Un pantof prăfuit va avea o nouă tinereţe. Infernalul zgomot făcut de trafic devine muzică. Copacii pe care i-ai văzut mereu, dar pe care nu i-ai privit niciodată, sunt renăscuţi. Fiecare frunză va deveni un miracol.

De fapt, aşa este realitatea. Nu LSD-ul creează această realitate. El doar îţi distruge mărginirea, insensibilitatea. Însă LSD-ul nu poate să-ţi ofere decât o licărire, iar dacă devii dependent, mai devreme sau mai târziu, nici el nu îţi mai poate înlătura insensibilitatea. Vei începe să ai nevoie de doze mai mari şi vei deveni imun chiar şi la acestea. Iar în momentul în care renunţi la el, lumea va părea mai urâtă ca înainte. Şi vei deveni mai insensibil.

În urmă cu câteva zile a venit la mine o fată care mi-a spus că nu poate avea orgasm. A încercat cu mai mulţi bărbaţi, dar nu a reuşit să ajungă la apogeu. A devenit frustrată. Aşa că am rugat-o să îmi povestească viaţa ei sexuală. Astfel am descoperit că, mai demult, folosise un vibrator. În Occident sunt foarte folosite. Odată ce îl

înlocuieşti cu un organ sexual masculin, acesta nu te poate satisface în aceeaşi măsură. În definitiv, este un aparat care nu oboseşte niciodată – doar îi schimbi bateriile. Vaginul şi clitorisul devin insensibile şi orgasmul devine imposibil.

Atunci vei avea nevoie de un vibrator mai puternic. Astfel nu faci altceva decât să îţi pietrifici complet întregul mecanism sexual. Acelaşi lucru se întâmplă cu fiecare simţ al nostru. Foloseşte un mecanism exterior şi vei deveni insensibil.

LSD-ul te va face, în cele din urmă, complet insensibil. Prin el nu poţi creşte. Când *tu* însuţi creşti, acesta este un proces diferit. Atunci devii mai senzitiv şi lumea va fi mai diferită. Vei începe să simţi lucruri pe care nu le-ai mai întâlnit niciodată.

Această tehnică se bazează tocmai pe senzitivitatea noastră interioară.

Mai întâi dezvoltă-ţi sensibilitatea. Închide uşile, fă întuneric în cameră şi aprinde o mică lumânare. Apropie-te de ea cu o atitudine foarte iubitoare – mai degrabă cu o atitudine de rugăciune. Doar roagă-te la lumânare: „Dezvălu-mi-te mie”. Fă o baie şi apoi îndreaptă-te spre lumânare. Priveşte-o şi uită de orice altceva. Doar priveşte mica lumânare – flacăra şi lumânarea. Continuă să o priveşti. După cinci minute vei simţi că multe lucruri devin diferite. Dar nu lumânarea devine diferită, ci ochii tăi se deschid.

Continuă doar să priveşti flacăra şi lumânarea având o inimă deschisă, simţitoare, iubitoare – lasă afară lumea. Atunci vei descoperi în jurul flăcării culori şi nuanţe care înainte nu existau. Nu erai conştient de ele. Vei vedea un întreg curcubeu. Oriunde este lumină, curcubeul există, deoarece lumina înseamnă culoare. Ai nevoie doar de o subtilă senzitivitate. Doar simte-o şi continuă să o priveşti. Chiar dacă încep să apară lacrimile, nu schimba privirea. Aceste lacrimi vor ajuta ochii să devină mai proaspeţi.

Uneori poţi simţi că flacăra sau lumânarea a devenit misterioasă. Nu mai este acea lumânare banală pe care ai

adus-o cu tine; a luat o nouă strălucire, o subtilă măreţie şi divinitate. Continuă să priveşti. Poţi practica şi cu alte lucruri.

Un prieten mi-a spus că el, împreună cu alte cinci-şase persoane, doresc să experimenteze tehnica senzitivităţii asupra unor roci. Le-am dat unele sfaturi şi după un timp au venit să îmi relateze ce au realizat. S-au dus pe malul unui râu şi au încercat să atingă pietrele, să le miroasă. Simţeau rocil e în orice fel posibil.

Timp de o oră, fiecare a lucrat asupra unei pietre. În cele din urmă s-a întâmplat un miracol. Fiecare dintre ei spunea: „Aş dori să păstrez această piatră. Pur şi simplu m-am îndrăgostit de ea!” O piatră banală! Însă dacă ai o relaţie de bunăvoinţă şi simpatie cu ea, chiar te vei îndrăgosti. Iar dacă nu ai această sensibilitate, atunci chiar şi cu o persoană frumoasă te vei comporta ca şi cum ar fi o piatră oarecare.

Senzitivitatea trebuie să crească. Fiecare simţ al tău trebuie să devină mai viu. Atunci vei putea practica tehnica: *Percepe cosmosul ca o eternă prezenţă translucidă*. Lumina se află peste tot – în multe forme. Priveşte-o! Ea este pretutindeni, deoarece totul este bazat pe lumină.

Uită-te la o frunză sau o floare, sau o piatră şi mai devreme sau mai târziu vei simţi că din acestea ies raze de lumină. Doar ai răbdare. Nu te grăbi, deoarece nimic nu este dezvăluit în grabă. Când te grăbeşti devii insensibil. Aşteaptă tăcut în faţa a orice şi acolo vei descoperi un fenomen nou, care a existat dintotdeauna, dar de care nu ai fost niciodată conştient – pur şi simplu nu ai fost atent.

Percepe cosmosul ca o eternă prezentă translucidă şi mintea va deveni complet tăcută când vei simţi prezenţa existenţei veşnice. Tu vei fi doar o parte a ei, doar o notă dintr-o mare simfonie. Fără nicio povară, fără nicio tensiune… picătura a căzut în ocean. Dar la început va fi nevoie de o puternică imaginaţie creatoare.

Urmăreşte să îţi dezvolţi sensibilitatea. De exemplu, ţine pe cineva de mână. Închide ochii şi simte viaţa din

celălalt. Simte-o şi permite-i să se îndrepte spre tine. Simte-ţi propria viaţă şi permite-i să se îndrepte spre celălalt. Apropie-te de un copac şi atinge-i scoarţa. Închide ochii şi simte viaţa care izvorăşte din el şi vei deveni imediat transformat.

Am auzit despre un doctor care făcea experimente legate de simţămintele oamenilor. El a descoperit faptul că senzaţiile schimbă imediat biochimia corpului. A experimentat pe un grup de 12 persoane. Înainte de a începe, a luat de la fiecare câte un eşantion de urină şi aceasta era normală.

Apoi, fiecare persoană era supusă unui anumit stres. Unuia i s-a arătat un film de groază timp de 30 de minute. Altuia i s-a arătat un film de comedie, şi tot aşa. După experiment li s-a luat din nou eşantioane de urină, dar acum la fiecare era diferită. În corp chimicalele s-au schimbat. Urina persoanelor care au vizionat filme stresante sau de groază arăta că acestea sunt bolnave, iar a celorlalţi arăta că sunt complet sănătoşi.

Tu nu eşti conştient de ceea ce faci cu tine însuţi. Când vizionezi un film cu crime, acesta îţi afectează elementele chimice ale corpului. Citeşte o carte poliţistă şi vei vedea cum începi să devii tensionat, înspăimântat. Vei fi învăluit de încordare. Acesta este motivul pentru care îţi place acea nuvelă poliţistă. Cu cât devii mai încordat, cu atât îţi place mai mult. Nu faci altceva decât să te omori singur. Cu cât suspansul este mai mare, cu atât te exciţi mai mult – şi astfel îţi schimbi toate reacţiile chimice ale corpului.

Şi aceste tehnici îţi schimbă chimia trupului. Simte că întreaga lume este plină de viaţă, de lumină, de culoare şi atunci vei fi diferit. Iar aceasta este o reacţie în lanţ. Cu cât vei simţi că lumea este mai vie, cu atât reacţiile chimice vor deveni diferite, iar acestea, la rândul lor, îţi vor arăta lumea ca fiind mai strălucitoare – şi astfel se formează un lanţ.

Practică această tehnică timp de trei luni şi te vei găsi într-o lume complet diferită, deoarece tu vei deveni

complet diferit.

48. POTENŢIALITATEA SEMINŢEI

1. IV.1973, Bombay

ÎNTREBĂRI:

1. Care este diferenţa dintre o aspiraţie şi un ideal? Este cumva greşit pentru un căutător să fie inspirat de cineva?

2. Ce este cu adevărat normalul şi de ce există în zilele noastre atât de mult anormal?

3. Cum poate cineva „simţi" conştientizarea până când nu o atinge şi cum să îţi imaginezi ceea ce încă nu s-a întâmplat?

1. Aseară ai spus că un Krishna, un Hristos, un Buddha este culmea potenţialităţii şi creşterii umane, apoi ai afirmat că psihologia tantrică şi yoghină nu arată omului niciun ideal şi că este complet greşit să urmezi

A

un ideal. În acest context, te rog explică care este diferenţa dintre un ideal şi o inspiraţie. Care este semnificaţia inspiraţiei în viaţa unui căutător? De asemenea, te rog explică dacă nu cumva este o greşeală pentru un căutător să fie inspirat de modelul unui mare om.

Un Buddha, un Krishna sau un Iisus nu este un ideal pentru tine; nu trebuie să urmezi niciun ideal. Dacă o faci nu vei atinge niciodată starea de buddha. Starea de buddha este idealul şi nu Buddha. Starea de Hristos este idealul, nu Iisus. Starea de buddha este diferită de Gautama Buddha; starea de Hristos este diferită de Iisus. Iisus este doar unul dintre hristoşi. Şi tu poţi deveni un Hristos; poţi deveni un buddha, dar nu poţi deveni Gautama Buddha. Gautama a devenit un buddha şi *tu* poţi deveni. Starea de buddha este o calitate, este o experienţă! Bineînţeles că acest Gautama avea o individualitate a sa. Tu o ai pe a ta. Când vei fi realizat, amândoi veţi fi buddha, dar nu veţi fi la fel. Experienţa interioară va fi aceeaşi, dar exprimarea va fi diferită – absolut diferită. Nu este posibilă nicio comparaţie. Voi veţi

fi la fel doar în miezul vostru cel mai profund.

De ce? Deoarece în miezul cel mai interior nu există individualitate. Individualul există doar la periferie. Cu cât pătrunzi mai adânc, cu atât mai mult acesta dispare. În miezul cel mai interior tu exişti ca şi cum nu ai fi. Acolo eşti doar un vid profund, o vacuitate – zero, *shunya*. Iar datorită acestui fapt nu se poate diferenţia nimic, deoarece două non-lucruri nu pot fi diferite. Lucrurile nu pot fi niciodată la fel, iar non-lucrurile nu pot fi niciodată diferite.

Când cineva devine absolut, gol, zero, acesta este similar cu Buddha, Krishna sau Iisus. Când vei ajunge la final, vei atinge acest *shunya* – vacuitatea, vidul, nimicul.

Însă personalitatea, exprimarea ta în privinţa extazului va fi diferită. O Meera va dansa; un Buddha nu va putea face aşa ceva. Este imposibil să ţi-l poţi imagina pe Buddha dansând, pare absurd. Dar şi o Meera meditând sub copacul *bodhi* va părea la fel de absurdă. Nu va mai fi ea însăşi, ci doar o imitaţie. Adevărata Meera nu există decât dansând până la extaz într-o iubire frenetică. Acesta este modul ei de exprimare. Miezul ei interior este acelaşi cu al lui Buddha. Doar periferia este diferită. Manifestările lor – dansul sau contemplaţia – există doar la periferie. Dacă eşti capabil să pătrunzi în Meera, cu cât pătrunzi mai mult, cu atât mai mult dansul va înceta, Meera va dispărea. Pătrunde în Buddha şi vei vedea că contemplaţia sa nu mai există, Buddha ca individ s-a evaporat.

Tu poţi deveni un buddha, dar niciodată Gautama Buddha; acesta este sensul. Nu îi transforma în idealuri. Ce rezolvi dacă îi imiţi? Poţi impune ceva din exterior, dar acesta va fi un fenomen fals. Vei arăta ca Buddha, poate chiar mai bine decât el, dar aceasta nu va fi decât o aparenţă înşelătoare; adânc în interior vei rămâne acelaşi – iar acest lucru va crea o dualitate, un conflict, o angoasă interioară.

Poţi fi cu adevărat beatific doar când eşti autentic cu tine însuţi. Nu vei putea simţi vreodată fericirea dacă imiţi. Deci ţine minte mesajul tantric: tu eşti idealul. Nu trebuie

să imiţi pe nimeni; doar să te descoperi pe tine însuţi. „Buddha” este un simbol care îţi arată ce poţi deveni. Acelaşi lucru i se poate întâmpla oricui. Doar atunci este dezvăluită întreaga potenţialitate a umanităţii.

Printr-un Iisus, un Chaitanya, sau o Meera este dezvăluită doar o posibilitate. Este posibil să devii mai mult decât eşti. Nu imita, mai degrabă priveşte un buddha – fiinţa sa, fenomenul care se petrece – şi trezeşte-ţi setea. Nu trebuie să fii mulţumit aşa cum eşti. Permite-i unui buddha să trezească în tine o sete de a transcende. Când ajungi la culmea fiinţei tale, vei şti ce i s-a întâmplat lui Buddha sub copacul bodhi, sau lui Iisus pe cruce, sau lui Meera când dansa pe străzi. Vei cunoaşte totul, dar exprimarea va fi a ta. Nu vei fi la fel ca ei, ci vei fi tu însuţi. Tu eşti unic; vei fi aşa cum nu ai fost niciodată.

Deci nu se poate spune nimic; nu eşti predictibil. Nimeni nu poate spune ce se va întâmpla, cum te vei manifesta. Şi este mai bine că nu poate fi prezis nimic. Aceasta este frumuseţea. Dacă se poate prezice, atunci vei deveni un lucru mecanic.

Prezicerile sunt posibile doar în cazul aparatelor mecanice. Conştiinţa umană este imprevizibilă; aceasta este libertatea ei. Când tantra spune să nu urmezi niciun ideal, asta nu înseamnă că trebuie să îl negi pe Buddha.

Nu, aceasta nu este o negare. Este de fapt chiar calea prin care să îţi găseşti propria ta stare-de-buddha. Dacă imiţi, o vei pierde. Urmându-ţi propria cărare o vei câştiga, o vei realiza.

Maestrul lui Bokuju era foarte renumit şi cineva l-a întrebat pe Bokuju:

„Îţi urmezi cu adevărat maestrul?”

„Da, îl urmez!” – a răspuns Bokuju.

Însă cel care l-a întrebat a rămas uimit, deoarece toţi ştiau că el nu îl asculta. Aşa că a continuat: „Vrei să mă păcăleşti? Toţi ştiu, chiar şi tu eşti conştient de faptul că nu îl urmezi deloc şi totuşi spui că o faci. Ce vrei să spui?”

Bokuju a răspuns: „Eu îmi urmez maestrul – deoarece el nu şi-a urmat niciodată maestrul său. Asta am învăţat de

la el. A fost el însuşi!”

Astfel trebuie urmat un Iisus sau un Buddha. Aşa trebuie! Ei sunt unici! Dacă îi urmezi cu adevărat şi *tu* trebuie să fii unic.

Buddha nu a copiat niciodată pe nimeni, dar a atins iluminarea doar când a devenit el însuşi. Când a renunţat la toate doctrinele şi învăţăturile s-a putut realiza. Iar dacă încerci să îl imiţi, nu vei reuşi. Urmează-l şi de fapt vei vedea că nu îl urmezi. Înţelege-l, nu îl urma şi atunci va apărea o urmărire subtilă. Dar aceasta va fi interioară – nu este o imitaţie.

În magnifica operă a lui Nietzsche – *„Aşa grait-a Zarathustra”* – ultimul mesaj al lui Zarathustra către discipolul său a fost următorul: „Fii atent la mine. Acum îţi dezvălui întreaga esenţă. Ţine minte: nu mă urma – uită de mine. Părăseşte-mă şi pleacă”.

Acesta este ultimul mesaj al tuturor marilor maeştri. Niciun maestru adevărat nu vrea să facă din tine o marionetă, deoarece prin aceasta te-ar ucide. Va fi un criminal. El te va ajuta să fii tu însuţi. Iar dacă nu poţi fi tu însuţi în preajma maestrului tău, atunci unde şi când vei putea fi tu însuţi?

Maestrul este posibilitatea care te face să fii tu însuţi. Doar o minte îngustă, care se pretinde cunoscătoare, ar încerca să se impună asupra ta. Maeştrii adevăraţi te vor ajuta să creşti pe calea ta proprie şi vor face tot posibiliul să nu cazi victimă tentaţiei de a imita. Este uşor să imiţi; este dificil să fii autentic. Iar când imiţi nu te simţi responsabil, maestrul este responsabil. Niciun maestru nu a permis vreodată cuiva să imite. El face tot ce îi stă în putere să te oprească să îl imiţi. Va urmări să te îndrepte spre tine însuţi prin orice mijloace.

Îmi aduc aminte de un sfânt chinez care celebra ziua de iluminare a maestrului său. Ceilalţi discipoli invitaţi i-au spus: „Noi nu ştiam că acela a fost maestrul tău. Nu ştiam că l-ai urmat pe el. De-abia astăzi, când îi celebrezi ziua de naştere, am aflat acest lucru. Cum de nu te-am văzut niciodată cu el? A fost cu adevărat maestrul tău?”

Sfântul a răspuns: „El a refuzat să fiu în preajma sa. A refuzat să îmi fie maestru şi datorită refuzului său am devenit eu însumi. Acum, orice sunt, sunt datorită refuzului său.

Eu sunt discipolul lui. Dacă mă accepta, aruncam întreaga responsabilitate pe umerii lui. Era un mare maestru. Şi era ultimul. Prin refuzul lui nu am mai avut unde să merg. Dacă el m-a refuzat nu mai avea niciun rost să încerc la altcineva. Era ultimul. Dacă m-ar fi acceptat aş fi uitat de mine. Însă m-a refuzat şi a făcut-o într-un mod crud. Refuzul a fost un şoc pentru mine, dar totodată şi un imbold de a nu mai încerca nicăieri. Astfel am început să lucrez singur şi după aceea am înţeles de ce m-a refuzat: m-a aruncat în mine însumi. Atunci am realizat faptul că mă acceptase. Altminteri, de ce m-ar fi refuzat?”

Pare ceva contradictoriu, dar acesta este modul în care acţionează dinamismul profund al conştiinţei. Maeştrii sunt misterioşi. Nu îi poţi judeca, nu poţi fi sigur de felul în care acţionează până când nu se termină totul. După aceea, retrospectiv vei putea cunoaşte ce au realizat. Acum este imposibil. La mijloc de drum nu poţi judeca nimic. Un lucru este însă sigur: imitarea nu este permisă.

Inspiraţia este altceva. Prin inspiraţie porneşti la drum şi nu printr-un efort de imitare. Tu mergi pe calea ta. Inspiraţia este doar un imbold, o provocare, o întrecere. Apare setea şi începi să acţionezi.

Tantra spune că te poţi inspira, dar nu imita. Ţine minte că tu eşti propriul tău scop. Şi nu te opri până când nu simţi: „Am ajuns la destinul meu şi acum sunt mulţumit”. Continuă să transcenzi, să te mişti, să cauţi. Dacă nu îţi faci niciun ideal, atunci poţi fi îmbogăţit de oricine. În momentul în care devii obsedat de un ideal, eşti închis. Dacă eşti obsedat de Buddha, atunci Iisus nu există pentru tine. Cum ar putea fi? Eşti obsedat de ceva anume şi tot ce este diferit de idealul tău îl priveşti ca pe un duşman. Cum ar putea un discipol de-al lui Mahāvīra să fie deschis faţă de Mohamed? Este imposibil. Ei sunt complet diferiţi. Nu doar diferiţi, ci chiar contrar i. Sunt precum doi

poli opuşi. Încearcă să îi împaci şi te vei afla în conflict. Nu îi poţi pune la un loc.

Acesta este motivul pentru care discipolii cuiva sunt întotdeauna împotriva discipolilor altcuiva. Ei creează duşmănie în lume. Un hindus nu poate concepe faptul că Mahomed poate fi iluminat; un musulman nu poate concepe faptul că Mahāvīra este iluminat; un discipol de-al lui Krishna nu poate concepe că Mahāvīra sau Iisus au fost iluminaţi. Iisus arată atât de trist, iar Krishna este atât de beatific. Beatitudinea lui Krishna şi tristeţea lui Iisus sunt total opuse. Urmaşii lui Iisus nu pot concepe că şi Krishna a fost iluminat. Lumea suferă atât de mult, iar el cântă la flaut? Pare prea egoist, întreaga lume suferă şi el continuă să danseze cu *gopi*, ciobăniţe?

Cei care îl urmează pe Iisus vor crede că este ceva profan – dar eu spun „urmaşii" lui Iisus. Un Iisus, un Buddha, un Krishna, pot exista împreună fără să aibă nicio problemă, niciun conflict. Ei se vor bucura unul de celălalt – dar nu şi cei care îi urmează. De ce? Există un motiv psihologic: cel care urmează nu este preocupat de Mahāvīra sau Mahomed, ci doar de el însuşi.

Dacă va crede în amândoi se va afla în dificultate. Pe cine să urmeze şi ce să facă? Mahomed este cu sabia în mână, iar Mahāvīra spune că vei suferi vieţi întregi dacă vei omorî chiar şi o insectă. Ce să facă? Mahomed pleacă la război şi Mahāvīra fuge complet de viaţă. Este atât de retras încât îi este frică chiar şi să respire, deoarece prin respiraţie poate ucide multe vieţi. Îi este teamă chiar să şi respire, iar Mahomed pleacă la război.

Cum ar putea vreun urmaş de-al lor să se acomodeze unul cu celălalt? Inima îi va fi divizată şi se va afla în conflict. Pentru a evita acest lucru începe să spună că toţi ceilalţi greşesc şi că doar el are dreptate. Însă chiar aceasta este problema sa. Problema este creată deoarece el încearcă să imite. Nu este nevoie să facă asta. Dacă nu imiţi, atunci vei putea gusta apa din multe râuri sau fântâni şi nu va apărea nicio problemă dacă fiecare are un gust diferit. Este chiar ceva minunat. Prin aceasta eşti

îmbogăţit. Atunci eşti deschis şi faţă de Mahomed şi faţă de Mahāvīra, de Hristos, Zarathustra, faţă de oricine, toţi te inspiră către tine însuţi. Ei nu sunt nişte idealuri; ei te ajută să fii tu însuţi. Niciunul dintre aceştia nu arată spre sine însuşi, ci toţi arată – în diferite moduri, în diferite căi – doar spre tine însuţi. Nu arată decât un singur ţel şi acela eşti tu.

Laura Huxley a scris o carte intitulată „Nu Tu Eşti Ţinta". Dar îţi spun că tu *eşti* ţinta. Toţi – Buddha, Iisus, Krishna, Mahāvīra – indică spre tine însuţi. Tu eşti ţelul. Prin tine, viaţa încearcă, se zbate se atingă un vârf unic. Fii fericit de acest lucru! Fii recunoscător! Viaţa încearcă să atingă prin tine un ţel unic – ţel care poate fi atins doar prin tine. Nimeni altcineva nu îl poate atinge. Tu eşti destinat, eşti făcut pentru el. Aşa că nu îţi mai pierde timpul copiindu-i pe alţii. Asta nu înseamnă că nu poţi fi inspirat. Dacă nu urmezi pe nimeni poţi deveni mai uşor inspirat. Urmează şi vei muri. Nu vei fi inspirat. Inspirarea este o deschidere; imitarea este o închidere.

2. Ai afirmat faptul că psihologia occidentală este bazată pe conceptele de patologie ale lui Freud, iar cea orientală foloseşte

A

supranormalul ca temelie pentru evaluarea omului. Însă după cum observ în jurul meu, cei mai mulţi oameni se potrivesc categoriilor de patologie ale lui Freud. Doar unul dintr-un milion poate intra în categoria supranormalului şi un mic număr se potriveşte categoriei de normal. Care este motivul pentru care există atât de multă patologie şi care consideri tu că este definiţia normalului?

Vor trebui înţelese multe lucruri. Nu este adevărat faptul că sunt puţini cei care ating vârful. Sunt mulţi, dar tu nu ai ochi să îi vezi. Ori de câte ori priveşti în jurul tău, vezi doar ceea ce poţi vedea. Cum ai putea vedea ceea ce nu poţi? Capacitatea ta vizuală determină multe lucruri. Auzi ceea ce poţi auzi şi nu ceea ce este. Poţi trece pe lângă un buddha şi nu îl vei recunoaşte. Şi chiar s-a

întâmplat acest lucru. Ai fost lângă el! Ai fost lângă Iisus atunci când trăia, dar l-ai crucificat.

Este dificil, deoarece tu vezi în felul tău. Ai anumite concepte, atitudini, categorisiri, prin care priveşti la un iluminat.

Pentru tine, Iisus arată ca un criminal. Când Iisus a fost crucificat, lângă ei au mai fost crucificaţi doi hoţi. El se afla între ei. A fost considerat un criminal, iar tu eşti cel care l-a judecat. Chiar dacă Iisus revine, îl vei judeca din nou, deoarece criteriile tale nu s-au schimbat.

Când a trăit, Iisus a stat chiar şi în casa unei prostituate. Întregul sat a fost împotriva lui. Însă valorile sale erau altele. Prostituata a plâns, i-a spălat picioarele şi cu lacrimi în ochi i-a spus: „Sunt o păcătoasă, iar tu eşti singura mea speranţă. Dacă vii la mine acasă voi fi eliberată de vinovăţia pe care o port cu mine. Voi redeveni vie. Dacă Iisus poate veni la mine în casă înseamnă că sunt acceptată”.

Şi el a intrat. Dar toţi ceilalţi au fost împotriva sa. Ce fel de om este el?

Însă pentru Iisus iubirea este criteriul şi nimeni nu i-a făcut vreodată o asemenea invitaţie plină de iubire. Iubirea este valoarea. El nu putea spune nu. Iar dacă ar fi putut, atunci nu ar fi fost un iluminat. Atunci ar fi căutat doar respectul societăţii. El nu căuta un astfel de respect.

Într-un alt sat, oamenii au venit la Iisus cu o femeie care a păcătuit şi l-au întrebat ce să facă cu ea. În Vechiul Testament este scris că cel care păcătuieşte trebuie ucis cu pietre. Dar exista o problemă – de fapt, o şmecherie. Dacă el ar fi răspuns: „Nu o omorâţi, nu fiţi judecători” – atunci ei i-ar fi răspuns: „Dar acum eşti împotriva scripturilor”. Dacă ar fi spus: „Da, omorâţi-o cu pietre” – atunci i-ar fi răspuns: „Dar cum rămâne cu mesajul tău: «Iubeşte-ţi duşmanii», sau cu «Nu judeca şi nu vei fi judecat»?”

Era un truc. Ei au creat o dilemă – o dilemă logică. Orice răspuns ar fi dat nu era bine. Însă un iluminat nu poate fi păcălit niciodată – este imposibil. Iar cu cât încerci

mai mult, cu atât mai repede te va prinde el pe tine. Iisus a răspuns: „Scriptura este corectă. Acum să vină în faţă cei care nu au păcătuit niciodată. Ei să ridice primii piatra şi să o arunce spre femeie”. Mulţi au început să plece. Cine ar mai fi aruncat?

Însă acei oameni s-au transformat în inamicii lui Iisus. Iar când spun „ei”, mă refer şi la tine, la voi. Tu te-ai aflat întotdeauna aici, pe Pământ. Nu poţi vedea şi de aceea simţi mereu că lumea este rea şi iluminaţii sunt foarte rari. Eşti orb! Datorită faptului că nu poţi vedea adevărul afirmi că toţi sunt patologici. Nu este aşa. Şi poţi vedea doar ceea ce este patologic, deoarece şi tu eşti patologic. Poţi înţelege boala deoarece eşti bolnav. Nu poţi cunoaşte sănătatea, deoarece nu ai fost niciodată sănătos. Limbajul sănătăţii nu îţi este cunoscut – îţi scapă.

Am auzit că cineva a venit la Baal Shem, un mistic evreu, şi l-a întrebat: „Ce este mai semnificativ, ce are mai multă valoare – bogăţia sau înţelepciunea?”

Acela îl întrebase dintr-un motiv anume, dar Baal Shem a râs şi a răspuns: „Bineînţeles că înţelepciunea este mai valoroasă”.

Celălalt a continuat: „Atunci am a doua întrebare. Te văd mereu că te duci să cerşeşti numai la case de bogătaşi. Tu mergi la ei şi aştepţi în faţa caselor. Nu i-am văzut niciodată pe cei bogaţi să vină la tine şi să te aştepte. Iar cu toate acestea afirmi că înţelepciunea este mai valoroasă. Explică-mi acest fenomen.

Baal Shem a răspuns: „Da, înţelepţii se duc la cei bogaţi tocmai pentru că sunt înţelepţi şi cunosc valoare bogăţiei, pe când cei bogaţi sunt doar bogaţi şi nimic altceva. Ei nu pot înţelege valoarea înţelepciunii. Eu merg la ei, deoarece înţeleg valoarea bogăţiei. Iar acei sărmani idioţi sunt doar bogaţi şi atât. Nu vin niciodată la mine deoarece nu înţeleg valoare inestimabilă a înţelepciunii”.

Dacă vezi un sfânt că se duce la un palat vei spune: „Acela nu este deloc sfânt!” Dar tu priveşti prin propriii tăi ochi. Pentru tine bogăţia are o anumită valoare. Vei putea urma doar un sfânt care renunţă la bogăţie, deoarece eşti

obsedat de aceasta. Orice ai spune nu faci altceva decât să vorbeşti despre tine însuţi. Tu eşti sistemul de referinţă. Când afirmi că Buddha nu este iluminat, nu vrei să spui decât: „Pentru mine, el nu pare iluminat”.

Dar cine eşti tu? Şi depinde în vreun fel anume iluminarea sa de atitudinea sau punctul tău de vedere? De fapt, nu faci altceva decât să te foloseşti de gândurile fixe pe care le ai. Pentru tine, patologia poate fi recunoscută, iluminarea nu. Şi ţine minte: nu poţi înţelege ceea ce este mai presus de tine. Poţi înţelege doar ceea ce este mai prejos sau la fel ca tine. Este imposibil să pătrunzi în ceva mai superior. Pentru a-l înţelege este necesar să ajungi la el.

De exemplu: un nebun nu te poate înţelege – îi este imposibil, deoarece el priveşte prin nebunia sa. Dar tu poţi înţelege un nebun – se află mai jos decât tine. Fiinţa umană normală poate înţelege fiinţa anormală, patologică, inferioară, dar nu şi fiinţele superioare. Chiar şi un Freud se teme.

Jung a scris în memoriile sale că a încercat să analizeze visele lui Freud. Jung a fost unul dintre cei mai mari discipoli ai lui Freud. În timp ce călătoreau cu un vapor spre Statele Unite, şi-a luat inima în dinţi şi, fiind cel mai apropiat discipol al său, i-a spus lui Freud: „Îmi permiţi să încerc să îţi analizez visele? Mai avem până ajungem şi îmi poţi relata unele din visele pe care le ai”.

Ai idee ce a răspuns Freud? „Ce vrei să spui? Dacă îmi vei analiza visele eu îmi voi pierde autoritatea. Nu îţi voi relata niciun vis de-al meu”. Îi era teamă să nu se descopere şi la el vreun simptom de patologie.

Freud, marele psihanalist al acestei epoci, este la fel de înclinat spre boală ca oricine altcineva. Când Jung i-a spus că vrea să îl părăsească, Freud a căzut pe scaun şi a rămas inconştient ore întregi. Nu a putut suporta faptul că un discipol îl poate părăsi.

Spune-i unui buddha că îl părăseşti. Crezi că va leşina sau va fi şocat? Chiar dacă îl părăseşte zece mii de discipoli de-odată, va fi fericit. Psihologii sunt asemeni ţie.

Nu sunt cu nimic mai superiori. Şi ei au aceleaşi probleme.

Ei se consultă unii pe alţii. Se tratează la fel ca şi tine. În cazul unui doctor sau medic este de înţeles să meargă să se consulte la un alt medic, însă în cazul psihologilor este absurd. Ce arată acest lucru? Că şi ei sunt nişte oameni obişnuiţi – psihologia este doar o profesie.

Buddha nu are nicio profesie – nu este un om de rând. El s-a trezit la o nouă realitate; a atins o nouă stare a fiinţei, a existenţei. Acum poate privi totul din înălţimi. El te poate înţelege, dar tu nu îl poţi înţelege. Şi oricum sau oricât ai încerca să te facă să îl înţelegi, îţi va fi imposibil. Iar dacă vei fi prins de cuvintele sale şi nu de magnetismul său, atunci îl vei înţelege greşit. Până când nu eşti complet atras de el aşa cum fierul este atras de magnet nu îl vei înţelege, iar dacă o vei face, cu siguranţă va fi greşit. De aceea nu poţi vedea, însă în lume se găsesc tot timpul persoane iluminate. Acum nu vezi decât patologicul, deoarece noi toţi suntem bolnavi.

În al doilea rând, chiar dacă ar exista un singur iluminat, este îndeajuns pentru a-ţi arăta şi ţie această potenţialitate. Dacă o sămânţă poate deveni o floare, înseamnă că orice sămânţă poate ajunge o floare. Printr-un iluminat ajungi să îţi cunoşti viitorul. Acum eşti conştient de faptul că este posibil mai mult – mult mai mult.

Însă prin minte se întâmplă exact invers. La fel s-a întâmplat întotdeauna. Priveşte un cocon: din el va ieşi un fluture. Cu omul se întâmplă exact pe dos. El se naşte fluture şi apoi intră în cocon. În perioada copilăriei, fiecare copil este precum un buddha – dar nu va mai fi. Priveşte och îi unui copil: sunt la fel ca cei ai unui buddha; un adult nu are nişte ochi atât de proaspeţi. Observă un copil: graţia, frumuseţea sa, felul în care trăieşte clipa, chiar şi furia sa este minunată. Orice acţiune totală este minunată.

Uită-te la un copil care se joacă sau la unul care este nervos. Doar priveşte! Nu te preocupa de tine, de faptul că te deranjează. Doar priveşte fenomenul: furia sa este minunată – iar aceasta este datorată faptului că el este

atât de implicat în ea încât nu mai lasă nimic în afară. El *este* furia. Este atât de autentic încât acolo nu mai este nimic reprimat. Nu se reţine deloc. Priveşte un copil când te strigă sau când vine spre tine: este asemeni unui buddha. Dar în curând, tu şi societatea îl veţi ajuta să intre în cocon şi să moară.

Din leagăn intrăm în groapă. De aceea există atât de multă patologie – deoarece nimănui nu i se permite să fie natural. Boala este impusă. Tu eşti închis într-un şablon din care fiinţa ta nu mai poate ieşi. Această patol ogie este creată chiar de om – şi cu cât omul devine mai civilizat, cu atât va deveni mai bolnav. Iată un criteriu: dacă în ţara ta nu există mulţi nebuni, atunci poţi şti cu siguranţă că oamenii nu sunt foarte civilizaţi.

Când se va ajunge la momentul în care majoritatea oamenilor dintr-o ţară vor începe să meargă la psihiatru, atunci poţi şti cu siguranţă că acea ţară este cea mai civilizată din lume.

Civilizaţia te înnebuneşte, deoarece nu îţi permite să fii tu însuţi. Totul este reprimat. Nu poţi nici măcar să respiri natural, ce să mai vorbim despre altceva. Până şi respiraţia a devenit nenaturală. Societatea nu îţi permite să respiri profund.

Dar eu îţi spun: respiră adânc, deoarece prin aceasta nu îţi poţi reprima instinctele. Când vrei să reprimi ceva, poţi observa imediat cum se schimbă respiraţia. Eşti furios şi doreşti să nu mai fi. Ce vei face? Vei înceta să mai respiri. Prin oprirea respiraţiei, furia se afundă în tine. Pentru a exista, furia are nevoie de o respiraţie rapidă, are nevoie de o circulaţie mai rapidă a sângelui şi de mai mult oxigen. Aceste schimbări chimice necesare furiei sunt produse cu ajutorul respiraţiei. Când doreşti să reprimi furia vei începe să respiri superficial.

Priveşte un copil în momentul în care îi interzici să facă ceva. Imediat respiraţia sa devine superficială. El nu va mai fi capabil să respire profund, deoarece printr-o respiraţie profundă nu va mai putea să îţi asculte ordinele. Nimeni nu respiră profund. Printr-o respiraţie adâncă,

centrul sexual este masat în interior, iar societatea este împotriva acestui lucru. Trebuie să ai doar respiraţii superficiale. Nu pătrunde adânc şi astfel centrul sexual rămâne neatins.

Într-adevăr, omul modern a devenit incapabil să aibă un orgasm profund, deoarece el nu poate respira profund. În actul iubirii, respiraţia trebuie să fie atât de profundă încât acolo să fie implicat întregul corp. Altminteri nu vei atinge orgasmul şi vei începe să te simţi frustrat. Mulţi îmi spun: „Numai avem nicio plăcere să facem dragoste. Facem ca pe o obligaţie, mecanic şi doar pierdem energie, după care ne simţim frustraţi şi deprimaţi”.

Însă cauza nu este sexul, ci faptul că nu pătrunzi total în act. Acesta devine doar un act superficial prin care sămânţa este pierdută. Astfel începi să te simţi slăbit.

Când este implicat întregul corp, când fiecare celulă tremură, când egoul dispare, iar gândirea se evaporă, când vei începe să vibrezi într-un ritm şi o armonie profundă, atunci vei avea un orgasm nemaiîntâlnit. Te vei simţi relaxat – într-un anumit sens, satisfăcut.

*

Însă acest lucru nu este posibil dacă nu respiri adânc. Îţi este atât de teamă... Priveşte corpul: are doi poli. Un pol există pentru a primi – capul – mâncare, aer, impresii, gânduri, orice. Totul este introdus prin partea de sus, iar cea de jos este pentru eliberare. Pe aici nu poţi primi nimic. Primeşti pe sus şi eliberezi pe jos.

Omul modern doar primeşte – nu se uşurează niciodată. Astfel se creează patologia. Înnebuneşti.

Este la fel ca atunci când doar mănânci mereu şi nu elimini nimic – doar înmagazinezi. Vei înnebuni. Celălalt pol trebuie folosit. Cel care este avar, în mod automat se va constipa. Priveşte-i pe toţi care sunt zgârciţi: toţi suferă de constipaţie. Avariţia este un fel de constipaţie spirituală. Continuă să strângi şi să agoniseşti; nu lăsa nimic în urmă.

Cei care sunt împotriva sexului, sunt avari. Ei continuă să mănânce, dar fără să elibereze energia sexuală. Însă nu este nicio nevoie să o eliberezi prin

centrul sexual. Mai există şi o altă posibilitate: prin *sahasrara*, prin centrul din creştetul capului. Iată ce te învaţă tantra. Dar trebuie să eliberezi energia, nu o poţi depozita. Nimic nu poate fi depozitat. Lumea curge, se află într-o permanentă mişcare. Primeşte şi eliberează. Dacă doar primeşti fără să dai, vei înnebuni.

Acest lucru chiar se întâmplă: toţi primesc şi nimeni nu mai dă. Când vine clipa să dai, începi să te temi. Vrei doar să iei – chiar şi iubirea. Doreşti ca cineva să te iubească. Însă mai important este să iubeşti tu, atunci te vei uşura. Dacă cineva te iubeşte, acest lucru nu te ajută foarte mult – pentru că atunci doar primeşti. Ambii poli trebuie să fie echilibraţi şi atunci va apărea sănătatea. Iată cum văd eu o fiinţă normală: aceasta ia şi dă, primeşte şi eliberează în aceeaşi măsură.

Numesc un om ca fiind anormal pe cel care primeşte prea mult şi nu eliberează în măsura în care a luat. El chiar nu dă nimic afară. Sau dacă o face, atunci este forţat, nu este acţiunea sa proprie. Îl poţi face să îţi dea ceva, dar nu va da el însuşi. Ceea ce vei reuşi să obţii va fi ceva asemănător unei clisme. Poate fi forţat şi atunci va defeca. Dar nu *el* oferă. Este anormal să continui să agoniseşti tot ce poţi. Astfel vei înnebuni, deoarece vei strica întregul sistem interior. Acesta este tipul anormal. Supranormalul însă este cel care dă şi nu ia niciodată.

Iată cele trei tipuri: anormalul care primeşte şi nu oferă niciodată, normalul care primeşte şi dă în mod echilibrat şi supranormalul care nu ia niciodată nimic, doar oferă. Un buddha dăruieşte în permanenţă: un nebun doar ia. El este la polul opus faţă de un buddha. Când ambii poli devin echilibraţi, atunci eşti normal. Cel puţin fii normal. Dacă nu poţi, vei decade şi vei deveni anormal.

Acesta este motivul pentru care în toate religiile se pune un accent foarte mare pe *dana* – dăruire. Dăruieşte! Orice ar fi, dăruieşte şi nu gândi în termeni de acaparare. Atunci vei deveni supranormal. Dar acesta este un lucru foarte îndepărtat. Mai întâi, fii normal, fii echilibrat. Orice iei, dă înapoi lumii. Nu agonisi şi astfel nu vei deveni

nevrotic sau schizofrenic.

Iată definiţia pe care o dau unui om normal: cel care este echilibrat este un om normal. Nu este nimic reţinut. El inspiră şi apoi permite respiraţiei să iasă. Inspiraţia şi expiraţia sunt echilibrate. Urmăreşte să fii echilibrat şi ţine minte: trebuie să dai înapoi ceea ce ai primit Atunci vei fi viu, sănătos, tăcut, calm, fericit.

Acolo va apărea un ritm profund, iar acesta nu poate apărea decât prin echilibrul dintre primire şi dăruire.

Însă oamenii gândesc în permanenţă în termeni de acaparare. Dar tot ce vei primi în interior trebuie să dai în exterior. Altminteri acolo se vor produce numai tulburări, tensiuni şi suferinţe. Vei deveni un iad. Înainte de a lua ceva în interior, gândeşte-te mereu să laşi ceva să iasă. Ai observat că omul pune întotdeauna mai mult accent pe inspiraţie? Niciodată pe expiraţie. Tu eşti cel care inspiri, iar expiraţia o face corpul. Trupul este cel care aruncă aerul din interior. Schimbă acest lucru şi vei fi normal. Expiră cât de mult poţi şi lasă-l pe corp să inspire.

Dacă nu expiri bine, plămânii se umplu cu bioxid de carbon. Iar datorită faptului că doar inspiri, aceştia nu sunt niciodată goi. Nu faci altceva decât să forţezi în interior acest bioxid de carbon. Expiră cât de mult poţi şi rămâi aşa. Corpul va avea singur grijă să inspire. Nu-ţi fie teamă, nu vei muri. Trupul îşi va lua singur cât are nevoie. Va inspira aceeaşi cantitate pe care ai expirat-o. Acolo va apărea un echilibru.

Am fost în multe case şi am observat că oamenii adună atât de multe lucruri încât nici nu mai au loc de ele – şi continuă să adune. Acumulează în permanenţă şi gândesc că într-o bună zi vor avea nevoie de acele lucruri. Nu trebuie să păstrezi decât ceea ce ai nevoie. Iar dacă un lucru este dorit mai mult de altcineva, atunci este mai bine să i-l oferi acelei persoane. Dăruieşte şi nu vei ajunge niciodată să devii patologic. Civilizaţiile vechi erau bazate pe dăruire, iar civilizaţia modernă pe acaparare. Din această cauză mulţi oameni devin psihopaţi, astenici, anormali. Fiecare se întreabă de unde să mai ia câte ceva

şi nimeni nu se întreabă cum să dăruiască.

3. Zilnic, în discursurile tale, vorbeşti despre conştientizare – totală, neîntreruptă, etc. De asemenea, ai mai afirmat că aceasta nu poate fi realizată de minte, prin repetarea unui gând, ci trebuie simţită. Dar cum o poate cineva simţi până când nu o realizează? Care este sentimentul precursor realizării? Cum să imaginezi sau să proiectezi ceva ce încă nu s-a întâmplat? Se întâmplă acest lucru tot prin excluderea minţii? Care este întregul proces? Ce se poate face pentru a se realiza?

Când spun că aceasta nu poate fi atinsă prin minte, mă refer la faptul că nu o poţi atinge gândindu-te la ea. Gândeşte-te mereu la ea şi nu vei face altceva decât să te mişti în cerc. Când spun că nu poate fi realizată prin minte, înţeleg că nu poate fi realizată prin gândire. Va trebui să practici. Conştientizarea poate fi atinsă doar prin acţiune, niciodată prin gândire – acesta este primul lucru. Deci nu continua să te gândeşti ce este conştientizarea sau cum să o atingi, sau care va fi rezultatul. Nu gândi – începe să practici.

Când mergi pe stradă, mergi conştient. Este dificil şi vei uita, dar nu-ţi fie teamă. Când îţi reaminteşti, fii atent. Fiecare pas îl faci conştient, atent, rămâi cu el şi nu îi permiţi minţii să plece în altă parte.

Când mănânci, mănâncă; mestecă cu atenţie, conştient. Orice faci, nu face mecanic – şi este ceva diferit. Iar când spun că poate fi doar simţită, iată ce înţeleg: de exemplu, îmi ridic mâna. O pot ridica mecanic, dar o pot face şi conştient. Mintea mea este conştientă de faptul că mâna se ridică. Încearcă – o dată mecanic şi o dată conştient. Vei simţi schimbarea. Calitatea se transformă imediat.

Mergi cu atenţie şi vei merge diferit. În mersul tău va apărea o graţie. Te vei mişca mai încet, mai frumos. Dacă mergi în mod mecanic – doar pentru că ştii cum să mergi şi crezi că nu mai este nevoie de atenţie, atunci mersul va fi urât şi complet lipsit de graţie. Fii atent în tot ce faci şi simte diferenţa. Când spun „simte”, înţeleg să observi. Mai

întâi acţionează mecanic şi apoi conştient – simte diferenţa. Vei fi capabil să o observi.

De exemplu, când mănânci cu atenţie, nu vei putea niciodată mânca mai mult decât are corpul nevoie. Mulţi îmi spun: „Avem nevoie de un regim dietetic. Ne îngrăşăm şi ne simţim mereu greoi. Ne poţi oferi un regim alimentar bun?”

Le răspund: „Nu vă gândiţi niciodată la dietă, ci la conştiinţă. Prin dietă nu se întâmplă nimic. Nu o puteţi face. În prima zi veţi reuşi, dar în ziua următoare dieta va dispărea. Nu o puteţi continua. Mai bine mâncaţi în mod conştient, atent”.

Calitatea este alta. Dacă mănânci conştient, vei mesteca mai mult. Dacă o faci mecanic sau inconştient, atunci doar vei introduce forţat nişte lucruri în stomac. Nu mai mesteci, ci doar te îndopi. Acolo nu mai există nicio plăcere şi datorită faptului că plăcerea a dispărut ai nevoie de mai multă mâncare pentru a obţine plăcerea. Gustul a murit şi pentru a-l reînvia trebuie să mănânci mai mult.

Doar fii atent şi vezi ce se întâmplă. Când eşti conştient, vei mesteca mai mult, vei simţi mai mult timp gustul şi plăcerea de a mânca. De exemplu, dacă acum îţi trebuie o jumătate de oră pentru a mânca, atunci când o vei face conştient, pentru aceeaşi cantitate de mâncare îţi va trebui o oră şi jumătate – de două ori pe atât. Într-o jumătate de oră vei mânca doar o treime din alimente. Te vei simţi mai satisfăcut şi te vei bucura mai mult de actul mâncării. Atunci corpul îţi poate spune când să te opreşti. Dacă trupul nu savurează mâncarea nu îţi poate spune niciodată când să te opreşti. Devine insensibil şi nu îţi mai poate transmite niciun mesaj. Sau chiar dacă o va face, va fi atât de subtil încât nu îl vei putea auzi datorită îndopării.

Problema este creată de faptul că atunci când mănânci nu te afli niciodată acolo. Fii prezent şi întregul proces se va încetini. Corpul singur va spune: „Ajunge!” Iar dacă eşti conştient îi vei auzi mesajul şi nu vei putea trece peste el. Te vei opri. Permite-i corpului să vorbească. În fiecare clipă o face, dar tu nu te afli acolo pentru a auzi.

Fii atent şi vei auzi.

Iar când spun: „Simte” – ştiu că este dificil pentru tine. Cum poţi simţi conştientizarea fără să fii conştient?

Dar nu îţi spun că trebuie chiar în această clipă să simţi iluminarea care apare unui buddha, însă trebuie început de undeva. Poate că nu obţii întregul ocean, dar o singură picătură îţi va arăta gustul său. Chiar dacă ai devenit conştient numai pentru un moment, atunci ai gustat starea-de-buddha. Este momentan, doar o străfulgerare, dar acum cunoşti mai mult. Iar acest fenomen nu se va produce niciodată prin gândire, ci doar prin simţire.

Se pune accent pe simţire deoarece aceasta este o experienţă „trăită”. Gândirea este falsă; poţi să te gândeşti la iubire şi poţi crea nenumărate teorii despre ea, poţi lua o diplomă sau chiar doctoratul în acest domeniu, dar cu toate acestea să nu te fi aflat niciodată în iubire. Cu toate cunoştinţele pe care le ai despre iubire, este posibil să nu o cunoşti, să nu o fi simţit niciodată. Este posibil să creşti în cunoaştere fără să creşti în fiinţă. Iar acestea sunt două dimensiuni diferite. Când te dezvolţi în cunoaştere, capul se măreşte din ce în ce mai mult, dar cunoaşterea-de-sine va rămâne la fel de subţire ca şi înainte.

De fapt, acolo nu creşte nimic – este doar o acumulare. Adevărata dezvoltare apare doar atunci când începi să simţi lucrurile. Atunci chiar fiinţa ta creşte. Şi trebuie început de undeva – deci, începe! Vor exista şi greşeli, sunt naturale. Vei uita, este natural. Însă nu deveni frustrat, nu înceta practica spunând: „Nu pot face aşa ceva!” Tu poţi face aşa ceva! În tine există aceeaşi potenţialitate care a existat în Iisus sau în Buddha. Tu eşti sămânţa; nu îţi lipseşte absolut nimic. Acum, în interior, este puţină dezordine – dar nu lipseşte nimic. Tu poţi deveni un buddha, însă pentru aceasta este nevoie de o reorganizare a calităţilor tale.

Acum eşti haotic, deoarece acolo nu există niciun aranjament. Acesta apare doar atunci când începi să te trezeşti, când eşti atent, conştient. Doar prin

conştientizarea ta lucrurile vor începe să se aranjeze şi acest haos care eşti acum devine o simfonie.

22.V. 1973. Bombay

SUTRE:

73. Vara, când priveşti cerul senin, pătrunde în această claritate.

74. Shakti priveşte întreg spaţiul ca şi cum este deja absorbit în propriul tău cap, în strălucire.

75. În veghe, dormind, visând, cunoaşte-te pe tine ca lumină.

Când mă uit în ochii tăi nu te văd niciodată acolo – eşti absent. Tu exişti în mod absent şi aceasta este cauza tuturor suferinţelor tale. Poţi trăi fără să fii deloc prezent acolo, dar atunci existenţa ta va deveni plictisitoare. Când te privesc în ochi nu te văd acolo. Trebuie să vii, trebuie să apari, trebuie să fii. Acolo ai posibilitatea şi situaţia în care să exişti – te poţi afla acolo în orice clipă – dar totuşi nu eşti.

Pentru a deveni conştient de această absenţă trebuie să începi călătoria spre meditaţie, spre transcendere. Dacă devii conştient de faptul că eşti absent… tu exişti dar nu ştii cum exişti, de ce exişti şi nici măcar nu ştii cine există în tine. Această lipsă de conştientizare creează toate suferinţele, deoarece orice faci în mod inconştient va cauza suferinţă. Nu este fundamental ceea ce faci, ci important este dacă acolo se află prezenţa sau absenţa ta.

Orice faci, dacă poţi acţiona fiind total prezent, viaţa ta va deveni extatică. Dacă faci ceva fără să fii prezent, dacă eşti absent, viaţa ta va fi o suferinţă – este menită să fie aşa. Iadul înseamnă chiar absenţa ta.

Există două tipuri de căutători: primul este cel care caută întotdeauna ce să facă. Acest tip de căutător merge pe o cale greşită, deoarece nu se pune problema ce să faci. Problema se pune cum să exişti – nu ce să fii, cum să fii. Deci, nu gândi niciodată exclusiv în termeni de acţiune, deoarece orice faci, dacă eşti absent aceasta va fi fără de folos.

Nu va fi nicio diferenţă între faptul că te afli în lume

sau într-o mănăstire, dacă te afli în piaţă sau izolat în Himalaya. Vei fi absent aici şi vei fi absent şi acolo şi orice vei face – în piaţă sau izolare – vei cauza suferinţă. Dacă tu nu te afli acolo, atunci orice faci va fi greşit.

Al doilea şi cel mai potrivit tip de căutător, nu caută ce să facă, el caută cum să fie. Iată esenţa: cum să fii, cum să exişti.

Un om venise la Gautama Buddha. Acesta era plin de simpatie şi l-a întrebat pe Buddha: „Ce pot face ca să ajut lumea?”

Buddha a râs şi i-a răspuns: „Tu nu poţi face nimic, deoarece încă nu exişti. Cum ai putea să faci ceva fără să exişti? Deci nu te mai gândi la lume. Nu te mai gândi cum să serveşti lumea, cum să-i ajuţi pe alţii. Mai întâi fii – iar dacă *eşti*, atunci orice ai face devine un serviciu, devine o rugăciune, devine compasiune. Punctul de legătură se află în prezenţa ta. Fiinţa, existenţa ta este revoluţia”.

Deci acestea sunt cele două căi: calea acţiunii şi calea meditaţiei. Ele sunt diametral opuse. Calea acţiunii se ocupă de cel care acţionează. Aceasta va încerca să-ţi schimbe acţiunile, va încerca să-ţi schimbe caracterul, moralitatea, orice altceva, dar niciodată pe tine. Calea meditaţei este diametral opusă: aceasta nu se ocupă de acţiunile tale, ci chiar de *tine*. Ceea ce faci nu este cel mai important. Important este ceea ce eşti. Şi acesta este cel mai important lucru, deoarece toate acţiunile izvorăsc din tine. Ţine minte: acţiunile tale pot fi schimbate şi modificate de acţiuni total opuse lor, dar acestea nu te vor transforma pe tine. Orice schimbare exterioară nu va aduce revoluţia interioară, asta deoarece exteriorul este superficial şi miezul interior rămâne neschimbat, rămâne neatins; el nu este atins de ceea ce faci tu. Însă inversul acestei acţiuni poate aduce revoluţia: dacă miezul interior este diferit, atunci suprafaţa se transformă în mod automat. Deci gândeşte-te la aceasta ca la ceva fundamental: doar atunci putem pătrunde în aceste tehnici.

Nu te preocupa de ce faci. Acesta poate fi un truc, o

şmecherie, care să te facă să fugi de problema reală. De exemplu, eşti violent. Poţi face orice fel de efort pentru a induce non-violenţa, gândind că astfel vei deveni religios, că vei fi mai aproape de divin. Eşti crud şi faci orice poţi ca să devii compătimitor.

O poţi face şi nu te vei transforma, vei rămâne acelaşi. Cruzimea ta va deveni o parte din compasiunea pe care o ai – şi aceasta este mult mai periculoasă. Violenţa ta va deveni o parte din non-violenţă – aceasta va fi mai subtilă. Vei fi non-violent violent. Non-violenţa ta va avea nebunia violenţei şi vei fi crud chiar prin mila pe care o ai.

Poţi chiar omorî prin compasiune – s-a întâmplat acest lucru. Există atât de multe războaie religioase – toţi se luptă în numele milei. Poţi omorî într-un mod foarte compătimitor, foarte iubitor şi asta deoarece tu crezi că o faci pentru binele persoanei respective. Tu crezi că îl omori pentru binele său, pentru a-l ajuta.

Îţi poţi schimba acţiunile, dar acest efort poate fi făcut doar pentru a scăpa de transformarea fundamentală. Iată transformarea fundamentală – mai întâi tu trebuie să exişti. Tu trebuie să devii mai atent, mai conştient de fiinţa ta şi doar atunci îţi va apărea prezenţa. Tu nu te simţi niciodată pe tine şi chiar şi când te simţi o faci prin alţii – prin excitare, prin stimulare, prin reacţie. Acolo este nevoie de altcineva, prin altcineva te poţi simţi pe tine însuţi. Acest lucru este absurd.

Singur, fără ca acolo să existe altcineva care să devină o oglindă, vei adormi, te vei plictisi. Nu te simţi niciodată pe tine. Acolo nu există niciun fel de prezenţă. Tu trăieşti în mod absent.

Această existenţă absenteistă este mintea nereligioasă. A deveni religios înseamnă a deveni conştient de existenţă, de fiinţa ta. Deci ţine minte acest lucru fundamental: eu nu mă ocup de acţiunile tale. Ceea ce faci tu nu este important. Eu mă ocup de ceea ce eşti tu – absent, prezent, conştient, inconştient – oricum ai fi. Şi aceste tehnici în care vom pătrunde există pentru a te face să fii mai prezent, ele te aduc aici şi acum.

Pentru a te simţi este nevoie ori de altcineva, ori de trecut – prin trecut, prin amintiri îţi poţi simţi identitatea. Sau, este nevoie de viitor – tu îţi poţi proiecta visele, idealurile, moksha. Pentru a simţi cine eşti, ai nevoie ori de trecut, ori de viitor, ori de altcineva, dar tu singur nu eşti îndeajuns. Aceasta este boala şi până când nu îţi vei fi tu singur îndeajuns nimic nu va fi de ajuns pentru tine. Iar odată ce ai obţinut acest lucru ai câştigat, eşti victorios. Acum nu va mai exista suferinţă. Ai ajuns la un punct de la care nu te mai poţi întoarce.

Dincolo de acest punct există beatitudinea, fericirea eternă. Înainte de acest punct vei suferi, dar toată suferinţa, ciudat, este cauzată chiar de tine. Este un miracol faptul că tu îţi creezi propria suferinţă. Nimeni altcineva nu o creează. Dacă ar crea-o altcineva, atunci ar fi dificil să o depăşeşti. Dacă ar crea-o lumea, atunci ce-ai putea face tu? Însă datorită faptului că *poţi* face ceva, înseamnă că nimeni altcineva nu o creează – este propriul tău coşmar. Şi acestea sunt elementele sale fundamentale.

Primul lucru: tu continui să crezi, să gândeşti că exişti. Dar acesta este doar un crez. Tu nu te-ai întâlnit niciodată cu tine, nu ai stat faţă în faţă cu tine însuţi; acolo nu a existat nicio întâlnire. Doar crezi că eşti. Elimină total acest crez. Trebuie să ştii bine că tu nu eşti, poţi deveni ceva, dar acum nu eşti şi din cauza acestui crez fals nu vei fi niciodată capabil să te transformi. Iar prin acest crez fals toată întreaga ta viaţă va deveni falsă.

Gurdjieff obişnuia să spună discipolilor săi: „Nu mă întrebaţi pe mine ce să faceţi. Voi nu puteţi face nimic, deoarece mai întâi trebuie să existaţi. Iar voi nu sunteţi acolo, deci cine va face acţiunea? Vă puteţi gândi să faceţi ceva, dar nu puteţi face nimic”.

Aceste tehnici te vor ajuta să vii înapoi; ele te vor ajuta să poţi crea o situaţie în care să te întâlneşti. Vor trebui distruse multe – tot ceea ce este fals şi greşit. Falsul trebuie să dispară înainte de apariţia realului. Şi iată noţiunile false cu care eşti îndopat: că tu exişti, că eşti suflet, că eşti atman sau Brahman. Nu înseamnă că tu nu

existi, dar aceste noţiuni sunt false.

Gurdjieff a trebuit să insiste asupra faptului că în om nu există suflet: „Omul nu are niciun suflet. Sufletul este doar o posibilitate – el poate fi, poate nu fi. Acesta trebuie atins. Tu eşti doar o sămânţă”.

Şi este bine. Posibilitatea, potenţialitatea există, dar încă nu este actuală. Totuşi noi continuăm să citim Upanishadele, Gita, Biblia şi continuăm să simţim că suntem suflet – sămânţa se gândeşte că este copac. Copacul este ascuns acolo, dar încă nu a răsărit. Şi este bine să ţii minte că poţi rămâne, că poţi muri ca sămânţă – deoarece copacul nu poate răsări singur. Tu trebuie să faci ceva în mod conştient, deoarece el nu poate creşte decât prin conştientizare.

Există două tipuri de creştere. Una este cea naturală, inconştientă: când acolo există un mediu prielnic, o situaţie favorabilă, apare dezvoltarea. Însă sufletul, atman, miezul cel mai interior, divinul din tine, este un cu totul alt tip de creştere. Acesta nu se dezvoltă decât prin conştientizare. Acesta nu este ceva natural, ci supranatural.

Dacă este lăsat în voia naturii, el nu va creşte; lăsat în voia evoluţiei, el nu va evolua. Trebuie să faci un efort conştient, deoarece el nu creşte decât prin conştientizare. În momentul în care conştiinţa este focalizată acolo, imediat apare creşterea, dezvoltarea. Aceste tehnici sunt pentru a te face mai conştient.

73. Vara, când priveşti cerul senin, pătrunde în această claritate.

Vara, când priveşti cerul senin, pătrunde în această claritate. Mintea este confuzia, în ea nu există claritate, ea este mereu aglomerată, întunecată; nu este niciodată simplă, limpede. Mintea nu poate fi aşa. Tu nu îţi poţi face mintea să fie clară; nu stă în natura ei să fie aşa. Mintea va rămâne neclară. Dacă poţi transcende sau depăşi mintea, atunci îţi va apărea claritatea. Tu poţi fi clar, dar mintea nu poate. Nu există un astfel de lucru; ea nu a fost şi nu va fi niciodată limpede. Mintea înseamnă neclaritate, confuzie.

Încearcă să înţelegi structura minţii şi atunci această tehnică va deveni clară pentru tine. Ce este mintea? Un proces continuu de gânduri – asociate, neasociate, importante, neimportante – nişte impresii multidimensionale care sunt adunate de peste tot. Întreaga viaţă este o acumulare, o acumulare de praf. Şi acest lucru continuă la nesfârşit.

Un copil se naşte. El este limpede, deoarece acolo nu există mintea. În momentul în care a apărut mintea, atunci şi-a făcut apariţia şi confuzia, neclaritatea. Un copil este limpede, dar el va trebui să strângă, să acumuleze informaţii, cunoaşteri, cultură, religie, condiţionări – ce este necesar şi folositor. El va trebui să adune multe lucruri de peste tot, din multe surse – chiar din surse contradictorii. El va colecta informaţii din mii şi mii de surse. Astfel, mintea devine ca o piaţă publică şi din cauza multitudinii de surse va apărea confuzia. Iar orice strângi, orice aduni, nimic nu este sigur, deoarece cunoaşterea nu rămâne statică, ci se dezvoltă.

Îmi aduc aminte de o anecdotă. Un profesor de medicină de la o renumită şcoală, în ultima zi şi-a adunat toţi studenţii săi şi le-a spus: „Mai am să vă învăţ un singur lucru.

Tot ce v-am învăţat este 50 % corect, iar restul este greşit, complet greşit. Dar problema este că nu ştiu care din informaţii sunt corecte şi care sunt greşite – nu ştiu”.

Astfel este construit întregul edificiu al cunoaşterii. Nimic nu este sigur şi nimeni nu cunoaşte nimic, toţi orbecăie prin ceaţă. Prin această orbecăială noi creăm sisteme – şi sunt mii şi mii de astfel de sisteme. Hinduşii spun ceva, creştinii spun altceva, musulmanii spun cu totul altceva – toţi se contrazic între ei; nu există niciun fel de înţelegere, nicio siguranţă – şi acestea sunt sursele din care mintea ta adună câte ceva. Astfel, continui să colectezi tot felul de lucruri inutile şi de aceea mintea ta devine un depozit de unde va apărea, cu siguranţă, şi confuzia. Doar o persoană care nu cunoaşte mult poate fi sigură. Cu cât ştii mai mult cu atât mai nesigur vei fi.

Oamenii primitivi erau mai siguri şi păreau a fi mai clari. De fapt, nu exista o claritate, ci doar o neconştientizare a faptelor care puteau să îi contrazică. Dacă mintea modernă este mai confuză, aceasta se datorează faptului că ea cunoaşte mai mult. Când cunoşti mai mult vei fi mai confuz şi mai nesigur. Doar idioţii pot fi siguri, dogmatici şi doar idioţii nu vor ezita niciodată. Cu cât cunoşti mai mult, cu atât mai mult simţi că îţi zboară pământul de sub picioare şi cu atât vei deveni mai ezitant. Ceea ce vreau eu să spun este următorul lucru: cu cât se dezvoltă mai mult mintea, cu atât vei realiza mai mult faptul că natura minţii este confuzia.

Când spun că doar idioţii pot fi siguri, eu nu vreau să spun că Buddha este un idiot pentru că el nu este aparent. Ţine minte diferenţa. El nu este nici sigur nici nesigur – el este pur şi simplu clar. Prin minte apare nesiguranţa, printr-o minte idioată apare siguranţa. Dincolo de minte ambele dispar – şi siguranţa şi nesiguranţa.

Buddha este o claritate, un spaţiu deschis. El nu este sigur – nu există nimic de care să fii sigur. El nu este nici nesigur – nu există nimic de care să fii nesigur. Doar cel care caută siguranţa este nesigur. Mintea este veşnic nesigură şi caută în permanenţă siguranţa; este mereu confuză şi caută întotdeauna claritatea. Un Buddha este cel care a renunţat la minte şi odată cu ea i-au dispărut toate confuziile, siguranţele şi nesiguranţele.

Priveşte totul astfel: conştiinţa ta este precum cerul, iar mintea este precum norii. Cerul rămâne neatins de nori. Ei vin şi pleacă; nu lasă nicio urmă a trecerii lor. Cerul rămâne virgin: el nu păstrează nimic de la nori, nicio amintire, nicio urmă. Ei vin şi pleacă; cerul rămâne netulburat. Şi la fel se întâmplă înăuntrul tău: conştiinţa rămâne netulburată. Gândurile vin şi pleacă, se dezvoltă şi dispar. Şi tu ai mai multe tipuri de minte.

Dacă eşti comunist ai un anumit tip de minte. O poţi părăsi şi poţi deveni anticomunist. Atunci ai o minte diferită, nu numai diferită, ci total opusă primei. Îţi poţi schimba tipul de minte, precum hainele. Şi chiar faci acest

lucru. Poate că nu eşti conştient de aceşti nori care apar şi dispar.

Claritatea poate fi obţinută doar dacă devii conştient de cer, dacă îţi schimbi focalizarea. Când eşti atent la nori, atunci nu mai vezi cerul. Schimbă focalizarea şi îl vei vedea.

Tehnica spune: *Vara, când priveşti cerul senin, pătrunde în aceasta claritate*.

Meditează asupra cerului – un cer de vară lipsit de nori, limpede şi clar la infinit, în care nu se mişcă nimic. Contemplă, meditează asupra lui şi pătrunde în această claritate. Devino această claritate.

Dacă meditezi asupra limpezimii cerului, brusc vei realiza că mintea a dispărut, s-a dizolvat. Acolo vor apărea pauze, nişte intervale. Vei deveni brusc conştient de faptul că întreg cerul a pătruns în tine. Pentru un anumit timp gândurile vor înceta – ca şi cum traficul s-a oprit şi nu mai există niciun fel de mişcare.

La început acest lucru nu se va petrece decât pentru câteva momente, dar şi aceste momente sunt îndeajuns pentru a te transforma. Treptat, mintea va dispărea şi aceste intervale vor fi din ce în ce mai mari. Acolo nu va mai apărea niciun gând, niciun nor timp de minute întregi. Şi când acolo nu mai este niciun nor sau gând, atunci cerul exterior şi cel interior devin unul, deoarece zidul, bariera, era creată de minte; doar datorită minţii, exteriorul este exterior şi interiorul este interior. Când mintea s-a evaporat, interiorul şi exteriorul îşi pierd marginile, ele devin unul. De fapt, aceste limite, aceste margini nici nu au existat vreodată. Ele au apărut doar datorită barierei, datorită gândurilor.

Este minunat să meditezi asupra cerului. Întinde-te pe jos astfel încât să uiţi de pământ; doar stai întins cu spatele pe plajă sau oriunde doreşti şi priveşte cerul. Însă trebuie să fie un cer limpede, fără nori. Şi doar privind fix la el, simte-i claritatea – limpezimea, extinderea sa nelimitată – şi pătrunde în această claritate, devino una cu ea. Simte ca şi cum tu ai fi devenit cerul, spaţiul.

La început, dacă doar meditezi asupra cerului senin şi nu faci nimic altceva, atunci vor începe să apară intervalele – deoarece orice vezi pătrunde în tine. Orice vezi te agită în interior; orice vezi este reflectat, este desenat în interior;

De exemplu, vezi o clădire. Tu nu poţi doar să o vezi; ceva anume începe imediat să se mişte şi în tine. Vezi un bărbat, o femeie, o maşină – orice. Nu este doar ceva exterior, ceva se petrece şi în tine – tu ai început deja să reacţionezi. Deci, orice vezi te modifică, te modelează, te creează. Exteriorul este constant legat de interior.

Este bine să te uiţi la cerul senin. Acea extindere fără margini este minunată. Propriile tale margini vor dispărea, deoarece cerul fără de sfârşit se reflectă în tine. Şi dacă poţi privi fără să clipeşti este mai bine. Dacă priveşti fără să clipeşti… deoarece prin clipire procesul gândirii va continua.

Priveşte fără să clipeşti. Priveşte în gol, mişcă-te în vid, simte că ai devenit una cu ea şi cerul va intra în tine.

Mai întâi tu pătrunzi în cer şi apoi cerul va intra în tine. Acolo se produce o întâlnire: cerul interior cu cel exterior. În acea întâlnire apare realizarea. Acolo nu mai există mintea, deoarece această întâlnire nu poate apărea decât atunci când mintea nu mai există. În această întâlnire, pentru prima oară apari tu însuţi şi nu mintea ta. Confuzia a dispărut. Aceasta nu poate exista fără minte. Acolo nu mai există mizerie, deoarece mizeria nu poate exista fără minte.

Ai observat vreodată următorul lucru: că suferinţa nu poate exista fără minte? Tu nu te poţi simţi suferind decât în preajma minţii. Acum sursa nu mai este acolo. Cine îţi va mai produce suferinţa? Cine te va face să fii mizerabil? Şi acelaşi lucru este adevărat şi invers: nu poţi să fii suferind fără minte şi nu poţi fi fericit cu mintea. Mintea nu poate fi niciodată sursa fericirii.

Deci, dacă cerul interior şi cel exterior se întâlnesc, chiar şi numai pentru un moment, tu vei fi umplut de o nouă viaţă. Calitatea acestei noi vieţi este total diferită.

Este o viaţă eternă, necontaminată de moarte şi de frică. În acea întâlnire te vei afla aici şi acum, te vei afla în prezent – deoarece trecutul şi viitorul aparţin gândurilor. Trecutul şi viitorul fac parte din mintea ta. Prezentul este existenţa – el nu face parte din minte.

Acest moment nu aparţine minţii tale. Momentul care a trecut, cel care va veni, acestea aparţin minţii. Momentul actual nu îţi aparţine niciodată ţie. Mai degrabă tu aparţii lui. Tu exişti aici, chiar acum-aici. Mintea ta există în altă parte, întotdeauna în altă parte.

Citeam despre un mistic sufist. El mergea pe un drum singuratic care era cam arid şi deodată a văzut un fermier cu un car cu boi. Carul era înţepenit în noroi. Era un drum greoi. Fermierul avea în car o mare cantitate de mere, dar undeva pe drum peretele rabatabil al căruţei s-a desfăcut şi merele s-au împrăştiat. Fermierul însă nu ştia acest lucru.

Când căruţa s-a împotmolit, el a încercat să o scoată de acolo, dar toate eforturile sale s-au dovedit a fi zadarnice şi atunci se gândi: „Acum trebuie să descarc carul, poate că aşa o să-l pot scoate de aici”. S-a uitat în spate şi a rămas mut de uimire – acolo mai rămăsese doar o duzină de mere; încărcătura era deja descărcată. Îţi poţi da seama ce a simţit. Sufistul scria în memoriile sale că fermierul a făcut atunci o remarcă: „Împotmolit! La naiba, sunt împotmolit! Şi nici măcar nu am nimic ce să descarc!” Singura sa posibilitate era să poată să dea jos ceva din car şi poate atunci s-ar fi despotmolit, dar acum nu avea nimic de descărcat.

Din fericire tu nu eşti împotmolit în acest mod. Tu ai ce descărca – carul tău are multe de descărcat. Îţi poţi descărca mintea şi atunci, în momentul în care ea nu se mai află acolo, tu vei putea zbura.

Această tehnică – de a privi claritatea cerului şi de a deveni una cu el – este una dintre cele mai practicate tehnici. A fost folosită în multe tradiţii. Şi este foarte bună pentru mintea modernă – acest lucru se datorează faptului că pe Pământ nu a mai rămas nimic în afară de cer la care

să poţi medita. Dacă priveşti în jurul tău, totul este făcut de om, totul este limitat, totul are o margine. Doar cerul, din fericire, a mai rămas deschis meditaţiei.

Practică această tehnică, te va ajuta, dar ţine minte trei lucruri. Unul: nu clipi – priveşte fix. Chiar dacă încep să te doară ochii şi îţi vor da lacrimile, nu te îngrijora. Chiar şi aceste lacrimi fac parte din procesul de „descărcare”; ele te vor ajuta. Aceste lacrimi îţi vor face ochii să fie mai proaspeţi, mai inocenţi – ele îi vor îmbăia. Tu doar continuă să priveşti.

Al doilea lucru: ţine minte, nu te gândi la cer. Poţi începe să te gândeşti la cer, să-ţi aduci aminte de poezii care slăveau cerul, care îi cântau măreţia şi frumuseţea – dar atunci vei pierde. Tu nu trebuie să te gândeşti la el – trebuie să intri în el, să devii una cu el – pentru că dacă începi să raţionezi, vei crea din nou bariera. Atunci vei pierde din nou cerul şi te vei închide iarăşi în minte. Nu te gândi la cer. Fii cerul. Doar priveşte-l şi pătrunde în el – şi permite-i şi lui să pătrundă în tine. Când tu vei pătrunde în el şi el va intra imediat în tine.

Cum poţi face asta? Cum vei pătrunde în el? continuă să priveşti din ce în ce mai departe. Continuă să priveşti – ca şi cum ai vrea să-i găseşti marginea. Pătrunde adânc. Mergi cât poţi de mult. Această pătrundere va distruge bariera. Iar această metodă trebuie practicată pentru cel puţin 40 de minute; dacă o faci mai puţin de atât nu va fi de prea mult ajutor.

Când simţi cu adevărat că ai devenit una cu el, atunci poţi închide ochii. Când cerul a pătruns în tine poţi închide ochii. Vei fi capabil să-l vezi şi înăuntrul tău. Deci, după 40 de minute, când simţi că a apărut unitatea, comuniunea, când tu simţi că faci parte din el şi că mintea nu mai există, atunci închide ochii şi rămâi în cerul interior.

Claritatea va ajuta cel de al treilea punct: *pătrunde în această claritate*. Claritatea va fi de ajutor – cerul limpede şi clar te va ajuta. Doar fii conştient de claritatea din jurul tău. Nu te gândi la ea: doar fii conştient de inocenţa, de puritatea prezentă. Nu trebuie să repeţi

cuvintele mele. Va trebui să le simţi, nu să le gândeşti. Şi odată ce priveşti la cer le vei simţi, deoarece ele nu sunt create de tine – ele există acolo. Dacă vei privi, ele îţi vor apărea.

Cerul este pur, cel mai pur lucru din existenţă. Nimic nu-l face impur. Lumile apar şi dispar, dar cerul rămâne pur. Puritatea există acolo. Nu trebuie să o proiectezi tu; tu doar trebuie să o simţi – să fii vulnerabil astfel încât să o poţi simţi – dar claritatea este acolo. Permite-i cerului să ţi se deschidă. Tu nu-l poţi forţa; doar îi poţi permite să-ţi apară.

Toate meditaţiile nu sunt altceva decât o deschidere, o acceptare a vulnerabilităţii. Nu gândi niciodată în termeni de agresiune sau de forţare. Tu nu poţi forţa nimic.

Şi chiar datorită faptului că ai încercat să forţezi ceva ai creat întreaga suferinţă care te înconjoară. Nimic nu poate fi forţat, doar poţi lăsa lucrurile să apară. Fii feminin. Fii pasiv. Permite lucrurilor să apară, să se manifeste liber. Cerul este absolut pasiv: el nu face nimic, doar există. Doar fii pasiv şi rămâi sub cer – vulnerabil, deschis, feminin, fără niciun fel de agresiune din partea ta – şi atunci cerul va pătrunde în tine.

Vara, când priveşti cerul senin, pătrunde în această claritate.

Dar dacă nu este vară ce o să faci? Dacă cerul este înnorat sau nu este limpede, atunci închide ochii şi priveşte cerul interior. Doar închide ochii şi dacă vezi vreun gând, atunci priveşte-l ca pe un nor care pluteşte pe cer. Fii atent la fundal, la cer şi fii indiferent la gânduri.

Noi suntem prea interesaţi de gânduri şi nu mai observăm niciodată intervalele. Un gând trece şi până să apară altul există o pauză – în acea pauză se vede cerul. Dar atunci când acolo nu există niciun gând, ce este acolo? Doar goliciunea. Deci dacă cerul este înnorat – dacă nu este vară – închide ochii, focalizează-ţi mintea asupra fundalului, asupra cerului interior în care vin şi pleacă gândurile. Nu acorda multă atenţie gândurilor; dă atenţie

spaţiului în care se mişcă ele.

De exemplu, stăm într-o cameră. Eu pot privi la ea în două feluri: mă pot uita la tine fără să dau atenţie spaţiului, camerei în care te afli – te privesc, îmi focalizez mintea asupra ta şi nu asupra camerei în care eşti. Sau, îmi pot schimba atenţia şi astfel devin indiferent faţă de tine. Tu eşti acolo, dar eu pun accentul pe altceva – pe cameră. Atunci toată perspectiva se schimbă.

Încearcă acest lucru în lumea interioară. Priveşte spaţiul. Gândurile se mişcă în el: fii indiferent faţă de ele, nu le da atenţie. Ele sunt acolo; remarcă faptul că sunt acolo şi se mişcă. Pe stradă există trafic. Priveşte strada şi fii indiferent faţă de trafic. Nu te uita să vezi cine trece; doar fii conştient de faptul că ceva trece pe acolo şi fii conştient de spaţiul în care se petrece aceasta. Atunci în interior va apărea cerul verii.

Nu este nicio nevoie să aştepţi vara, deoarece minţile noastre sunt foarte viclene şi pot găsi orice fel de scuză. Pot spune: „Acum nu este vară şi chiar şi vara cerul nu este clar şi limpede”.

74. Shakti, priveşte întreg spaţiul ca şi cum este deja absorbit în propriul tău cap, în strălucire.

Shakti, priveşte întreg spaţiul ca şi cum este deja absorbit în propriul tău cap, în strălucire. Pentru această tehnică trebuie să închizi ochii. Când o practici, închide ochii şi simte ca şi cum întregul spaţiu este absorbit în propriul tău cap. La început va fi dificil. Aceasta este una dintre cele mai avansate tehnici şi de aceea este bine să o practici treptat. Dacă vrei să practici această tehnică, fă-o treptat.

Mai întâi: în timp ce adormi, când vrei să te culci întinde-te pe pat, închide ochii şi simte unde îţi sunt picioarele. Dacă măsori 1, 80 m sau 1, 70 m, simte-ţi picioarele, simte unde se termină ele.

Apoi imaginează-ţi că ai devenit mai lung cu 15 centimetri, Înălţimea Ta s-a mărit, a crescut cu încă 15 centimetri. Simte acest lucru având ochii închişi. În imaginaţie simte că eşti mai înalt cu 15 centimetri.

Apoi faci al doilea pas: simte-ţi capul acolo unde se află şi apoi simte că a devenit mai mare cu 15 centimetri. Când simţi aceste lucruri totul va fi mai uşor. Atunci poţi să mai creşti. Simte că ai devenit lung de trei metri şi optzeci; sau simte că ai umplut toată camera. În imaginaţia ta atingi pereţii – ai umplut întreaga cameră. Apoi, treptat, simte că în interiorul tău se află întreaga casă. Şi odată ce ştii cum să simţi, totul va fi foarte uşor. Dacă poţi creşte cu 15 centimetri în înălţime, atunci totul va fi uşor. Dacă poţi simţi că nu ai 1, 70 m, ci 1, 80 m, atunci nu va mai fi nimic dificil; tehnica va fi foarte uşoară.

Continuă să practici timp de trei zile; apoi, pentru încă trei zile simte că ai umplut camera. Aceasta este doar o antrenare a imaginaţiei. După aceea simte pentru încă trei zile că întreaga casă se află în interiorul tău: iar în final, timp de trei zile ai devenit cerul. După această practică tehnica va fi foarte uşoară.

Shakti, priveşte întreg spaţiul ca şi cum este deja absorbit în propriul tău cap, în strălucire.

Atunci poţi simţi că întregul cer, întreg spaţiul este absorbit de capul tău. În acea clipă mintea va dispărea, deoarece ea are nevoie de un spaţiu foarte îngust. Ea nu poate exista într-o asemenea vastitate: pur şi simplu se va dilata în nemărginire. Într-o asemenea vastitate este imposibil pentru ea să existe. Mintea nu poate fi decât limitată, mărginită, îngustă. Într-un asemenea spaţiu infinit ea nu mai are loc.

Această tehnică este bună. Brusc mintea va exploda şi acolo nu va mai rămâne decât spaţiul. O poţi practica pe deplin în cel mult trei luni. Atunci întreaga ta viaţă va fi diferită. Dar trebuie practicată treptat, deoarece prin această tehnică mulţi pot înnebuni, îşi pot pierde echilibrul. Este fantastică, impactul este colosal – poţi înnebuni dacă realizezi brusc că întregul spaţiu, întregul univers a fost absorbit de capul tău; o poţi lua razna când vezi că în interiorul tău se mişcă stelele.

Unul din misticii Indiei din acest secol, Ramateertha, folosea această tehnică şi mulţi dintre cei care l-au

cunoscut au crezut că el s-a sinucis. Dar pentru el aceasta nu a fost sinucidere, deoarece pentru el – pentru cel care a cunoscut faptul că întregul spaţiu a ajuns în el – sinuciderea nu se poate întâmpla, este imposibilă. Acolo nu mai există nimeni care să comită sinuciderea. Însă pentru alţii, pentru cei care priveau din afară, aceasta a fost o sinucidere.

El începuse să simtă că întreg universul se mişca înăuntrul său – în capul său. Discipolii credeau că el începuse să vorbească metaforic. Apoi ei începuseră să creadă că înnebunise, deoarece susţinea că în el se află întregul univers, totul exista în el.

Şi apoi, într-o zi, a sărit de pe o margine de munte în râu. Înainte de a sări, a scris un poem minunat în care spunea: „Am devenit universul. Acum simt acest corp ca pe o povară, îl simt nenecesar aşa ca acum îl voi da înapoi. Acum nu mai este nevoie de nicio mărginire, de nicio limită. Am devenit nemărginitul Brahman”.

Un psihiatru va crede că el a înnebunit, că a fost o nevroză, dar cineva care cunoaşte bine dimensiunile profunde ale conştiinţei umane va spune că el a devenit un *mukta*, un eliberat, un iluminat. Însă pentru mintea obişnuită aceasta a fost doar o sinucidere.

Prin aceste tehnici pot apărea multe pericole. De aceea spun că ele trebuie practicate treptat, deoarece nu ştii ce se poate întâmpla – orice este posibil. Uneori nu eşti conştient de potenţialitatea ta, uneori nu ştii cât de pregătit eşti şi atunci se poate întâmpla orice. Aşa că este mai bine să începi treptat.

La început, încearcă-ţi imaginaţia asupra unor lucruri mai nesemnificative: corpul să devină mai mic sau mai mare. Poţi să le încerci pe amândouă. De exemplu, măsori 1, 75 m; simte că devii din ce în ce mai mic – acum ai 1, 50 m, apoi 1, 20, apoi O.90, până ajungi să te simţi o sămânţă.

Acesta este doar un antrenament care te ajută să poţi simţi. Mintea ta interioară poate simţi absolut orice; nimic nu o poate opri. Aceasta este doar imaginaţia ta. Poţi creşte sau poţi deveni mic. Brusc vei deveni conştient de

tine.

Şi dacă poţi lucra bine cu acest experiment, vei putea să ieşi foarte uşor din corp. Dacă prin imaginaţie poţi deveni mai mare sau mai mic, atunci vei fi capabil să ieşi şi din corp. Doar îţi imaginezi că stai afară din trup şi vei sta cu adevărat – dar nu imediat.

La început trebuie să faci nişte paşi mici şi apoi vei ajunge să simţi că ai umplut toată camera – chiar vei simţi cu adevărat atingerea pereţilor, le vei simţi atingerea; dar va trebui să te obişnuieşti şi să nu fii speriat. Apoi, simte că întreaga casă se află în interiorul tău – chiar o vei simţi în tine. După aceea, mergi mai departe. Treptat vei putea simţi că cerul se află în capul tău şi odată ce poţi simţi acest lucru, mintea dispare. Ea nu mai are ce face acolo.

Pentru această tehnică este bine să fii în prezenţa cuiva: cu un maestru sau un prieten. Nu o practica singur. Trebuie să fie cineva lângă tine care să te supravegheze, să te urmărească. Aceasta este o metodă de grup. Când este practicată în grup este mai uşoară, mai puţin periculoasă – deoarece când se întâmplă explozia, poţi să nu mai fi conştient zile întregi. Poţi să nu mai ieşi afară, poţi fi foarte absorbit în acel sentiment, deoarece acolo timpul dispare; nu mai poţi simţi cât timp s-a scurs. Corpul dispare, nu îl mai poţi simţi. Tu devii cerul. Cineva trebuie să îţi îngrijească corpul; va fi nevoie de o îngrijire foarte iubitoare.

Deci, practicată în grup sau cu un maestru, ea va fi mai puţin periculoasă. Şi trebuie să fie un grup care să cunoască ce are de făcut, care să ştie ce se poate întâmpla… pentru că dacă se întâmplă ca cineva să te trezească în timp ce te afli în acea stare, poţi înnebuni, deoarece minţii îi trebuie timp ca să revină. Când este adusă brusc înapoi, sistemul tău nervos poate să nu reziste. El nu este făcut pentru asta. Trebuie să se antreneze. Deci nu o practica singur. O poţi face cu un grup sau cu nişte prieteni într-un loc singuratic. Şi fă-o treptat, nu brusc.

75. În veghe, dormind, visând, cunoaşte-te pe tine ca

lumină.

În veghe, dormind, visând, cunoaşte-te pe tine ca lumină. La început începe cu starea de veghe. Yoga şi tantra divid mintea în trei – viaţa minţii, ţine minte. Acestea sunt: starea de veghe, stare de somn profund şi visul. Acestea nu sunt diviziunile conştiinţei, ci ale minţii, conştiinţa este a patra.

În Orient, conştiinţei nu i s-a dat niciun nume; este numită simplu a patra, turiya. Diviziunilor minţii li s-a dat nume. Aceştia sunt norii: un nor treaz, un nor care doarme, un nor care visează. Doar nişte nori, iar spaţiul în care ei se mişcă – cerul – este nenumit, este doar cel de-al patrulea.

Psihologia occidentală a devenit recent conştientă de dimensiunea visului. Doar începând cu Freud, visul a devenit important. Însă pentru hinduşi acesta este unul dintre cele mai vechi concepte: nu poţi cunoaşte cu adevărat un om dacă nu cunoşti visele sale. Deoarece orice face el în starea de veghe, acesta este mai mult sau mai puţin fals, deoarece în starea de veghe a minţii el este forţat să facă multe lucruri.

Nu este liber. Lângă el există societatea, există legi. există morală. El se află într-o luptă constantă cu dorinţele sale: le suprimă, le modifică în măsura în care îi permite societatea. Iar societatea nu îţi permite niciodată să fii tu însuţi; ea te pune să alegi. Iată ce înseamnă cultura: alegere.

Fiecare cultură este o condiţionare: o alegere a anumitor lucruri şi o negare a altora. Fiinţa ta totală nu este acceptată nicăieri – nicăieri! Unele aspecte sunt acceptate aici, altele în altă parte; unele într-o ţară, altele în altă ţară, însă nicăieri nu este acceptată în totalitate fiinţa umană. Deci, starea de veghe este predestinată să fie falsă, artificială, impusă. Nimeni nu este real – toţi sunt nişte actori, sunt manipulaţi, nu este nimic spontan. Doar în vise eşti liber; doar în vise eşti autentic.

În vise poţi face orice doreşti. Nu preocupă pe nimeni ce faci acolo; eşti complet singur. Nimeni nu poate

pătrunde în visele tale. Şi nici nu preocupă pe nimeni asta: este treaba ta ce faci în vise. Ele sunt absolut intime. Din această cauză – faptul că sunt private – tu poţi fi liber. Deci, până când nu îţi sunt cunoscute visele, adevărata ta faţă nu poate fi descoperită. Hinduşii au fost conştienţi de acest lucru: visele trebuie pătrunse. Dar şi acestea sunt tot nişte nori – mai liberi, dar totuşi sunt nori şi trebuie să treci de ei.

Iată cele trei stări: veghea, somnul şi visul. Visul a devenit important începând cu Freud.

Acum s-a început şi studierea somnului. În Occident se cercetează mult starea de somn, deoarece pare ciudat să nu cunoaştem ceva cu care ne confruntăm cu toţii. Ştiinţa însă nu a ajuns să cunoască ce se întâmplă cu adevărat în somn.

Dacă nu cunoaştem ce este somnul, atunci este dificil să cunoaştem ce este omul – iar omul o treime din viaţa sa o petrece dormind. O treime din viaţa ta! Dacă ajungi să trăieşti 60 de ani vei dormi 20 de ani. Este destul de mult. De fapt, ce faci când dormi? Acolo se petrece ceva misterios, iar somnul este atât de esenţial încât viaţa nu este posibilă fără el. Acolo se petrece ceva profund, dar tu nu eşti conştient de acest lucru.

Când eşti treaz, eşti o persoană diferită; când visezi, eşti o altă persoană; când dormi profund eşti o cu totul altă persoană. Aici nu îţi poţi aminti nici măcar cum te cheamă. Atunci nu mai ştii dacă eşti hindus sau musulman sau creştin. În acest somn profund nu poţi spune cine eşti; nu poţi spune dacă eşti bogat sau sărac – acolo nu există nicio imagine, nicio identitate.

*

În starea de veghe tu exişti cu societatea. În starea de vis exişti cu dorinţele tale. În somnul profund exişti cu natura, eşti cufundat adânc în sânul naturii. Iar tantra şi yoga spun că, dincolo de acestea trei, tu exişti în Brahman, în întregul cosmic. Deci ele trebuie depăşite, transcense.

Există o diferenţă. Psihologia occidentală se interesează acum de cercetarea acestor trei stări.

Căutătorii orientali erau interesati de aceste trei stări, dar nu pentru a le studia. Ei erau interesaţi doar să le depăşească, doar cum să le transcendă. Această tehnică este o tehnică pentru transcendenţă.

În veghe, dormind, visând, cunoaşte-te pe tine ca lumină.

Foarte dificil. Va trebui să începi cu starea de veghe. Cum ai putea să creezi un vis conştient? Poţi să-l creezi? Poţi să manipulezi un vis? Poţi să creezi visele propriilor tale dorinţe? Nu poţi. Cât de neputincios este omul! Tu nici măcar nu poţi să-ţi creezi un vis al tău. Acestea îţi apar, tu nu poţi face nimic. Dar există tehnici prin care se pot crea vise, iar aceste tehnici sunt foarte ajutătoare pentru a transcende visele, deoarece atunci le poţi şi depăşi. Dar trebuie început cu starea de veghe.

Când eşti treaz – te mişti, mănânci, lucrezi – adu-ţi aminte de tine ca fiind lumină. Ca şi cum în inima ta ar arde o flacără şi corpul tău nu este altceva decât aura din jurul flăcării. Imaginează-ţi: în inima ta arde o flacără şi corpul este aura acestei flăcări, decât o lumină în jurul flăcării. Permite acestui lucru să pătrundă adânc în mintea şi conştiinţa ta.

Va dura ceva timp, dar dacă continui să te gândeşti, să simţi şi să îţi imaginezi, atunci, la un moment dat, vei vedea că poţi să o simţi întreaga zi.

În timp ce eşti treaz şi mergi pe stradă, eşti o flacără care păşeşte. La început, nimeni altcineva nu va şti ce faci, dar după trei luni vor începe să simtă şi alţii această flacără. Şi doar atunci poţi fi liniştit. Nu spune nimănui nimic. Doar imaginează-ţi o flacără şi simte cum corpul tău este aura ei. Nu ca pe un corp fizic, ci ca pe unul electric. Continuă să practici.

Dacă insişti, în cel mult trei luni vor începe şi alţii să simtă ce s-a întâmplat cu tine. Ei vor simţi în jurul tău o lumină subtilă. Când te vei apropia de cineva, acesta va simţi o căldură diferită. Dacă îl atingi, va simţi un fior, o atingere foarte fierbinte. Toţi vor vedea că se întâmplă ceva ciudat cu tine. Dar nu spune nimănui nimic. Când alţii

vor deveni conştienţi de acest lucru, atunci poţi fi liniştit şi poţi pătrunde în a doua etapă, dar nu înainte.

Al doilea pas este să pătrunzi în vis. Acum poţi face asta. Acum această căldură a devenit o realitate, nu mai este doar o imaginaţie; Prin imaginaţie ai dezvăluit o realitate. Aceasta este reală. Totul este constituit din lumină. Tu eşti lumină – încă nu eşti conştient de acest fapt – fiecare particulă de materie este lumină.

Oamenii de ştiinţă spun că materia este constituită din electroni. Este acelaşi lucru. Lumina este sursa a tot. Tu eşti de asemenea lumină condensată; prin imaginaţie doar dezvălui o realitate. Deci, îmbibă-te cu această lumină – şi când ai devenit plin de ea o poţi duce şi în vise, nu înainte.

Apoi, în timp ce adormi, continuă să te gândeşti la flacără, continuă să o vezi, continuă să simţi că tu eşti lumină. Ţine minte… ţine minte… ţine minte… şi adormi. Iar această ţinere de minte va continua. La început vei începe să ai unele vise în care simţi că ai înăuntrul tău o flacără, că eşti lumină. Cu timpul vei începe să simţi asta din ce în ce mai mult şi odată ce acest sentiment a pătruns în vise, acestea vor începe să dispară. Ele vor începe să dispară: vor fi din ce în ce mai puţine vise şi din ce în ce mai mult somn profund.

Iar în clipa în care această realitate va apărea în orice vis – că eşti flacără, lumină – visele vor dispărea complet. Şi doar când dispar complet poţi duce acest sentiment în somn, niciodată înainte. Când visele au dispărut şi tu te simţi o flacără, atunci te afli la uşa somnului. Acum poţi trece mai departe. Şi odată ce poţi intra în somn cu sentimentul că eşti o flacără, vei deveni conştient în el – acum somnul va apărea doar corpului, nu şi ţie.

Această tehnică te ajută să treci de aceste trei stări. Dacă poţi fi conştient că tu eşti o flacără sau o lumină şi că somnul nu ţi se mai întâmplă ţie, atunci eşti conştient. Tu faci un efort conştient. Acum eşti cristalizat în jurul flăcării. Corpul este adormit, dar nu şi tu.

Acesta este mesajul lui Krishna din Gita: în timp ce alţii dorm, yoghinii sunt treji. Dar nu înseamnă că trupurile lor nu dorm niciodată. Dorm – însă doar ele. Corpurile au nevoie de odihnă, conştiinţa nu are nevoie – acest lucru este datorat faptului că trupurile sunt nişte mecanisme. Corpurile au nevoie de combustibil, de odihnă. De aceea ele se nasc, cresc, îmbătrânesc şi mor. Conştiinţa nu se naşte, nu îmbătrâneşte şi nu moare niciodată. Ea nu are nevoie de combustibil sau de odihnă. Este energie pură, perpetuă şi eternă.

Dacă poţi duce această imagine a flăcării şi luminii prin uşile somnului, tu nu vei mai dormi vreodată, doar corpul se va odihni. Şi tu vei fi conştient atunci când el va dormi. Când s-a întâmplat aceasta ai ajuns la cea de-a patra stare. Acum veghea, visarea şi somnul sunt părţi ale minţii, dar tu ai devenit al patrulea – cel care trece prin toate trei şi nu este niciuna din ele.

Este atât de simplu. Eşti treaz, iar după un timp te muţi în starea de vis – tu nu poţi fi ambele. Dacă eşti treaz, atunci cum ai putea visa? Şi dacă visezi, atunci cum de poţi trece în somnul profund, acolo unde nu există niciun fel de vis? Tu trebuie să fii un călător şi acestea sunt staţiile prin care treci şi în care poţi să te întorci oricând vrei sau oricând este necesar. Dimineaţa, treci iarăşi în starea de veghe.

Toate nu sunt decât nişte staţii şi cel care se mişcă între ele eşti chiar tu. Dar acest tu este cel de-al patrulea – iar pe acesta îl numeşti a fi sufletul. Este ceea ce numeşti tu a fi Divinul; această a patra stare este ceea ce numeşti tu a fi viaţa eternă, elementul veşnic şi nemuritor.

În veghe, dormind, visând, cunoaşte-te pe tine ca lumină.

Este o tehnică minunată. Dar mai întâi începe cu starea de veghe. Şi ţine minte: ai reuşit doar atunci când alţii au devenit conştienţi de ceea ce s-a întâmplat cu tine. Şi vor deveni conştienţi. Apoi, poţi pătrunde în vise şi apoi în somnul profund şi de-abia atunci te vei trezi la ceea ce eşti tu cu adevărat – cel de-al patrulea – *turiya*, conştiinţa

pură.

50. SPRE RĂDĂCINI

23.V.1973, Bombay

ÎNTREBĂRI:

1. Nu este o greşeală să fie complet ignorat exteriorul?

2. De fapt, tehnicile de meditaţie, nu sunt toate nişte acţiuni?

3. Dezvoltarea minţii nu conduce spre claritate?

4. De ce continuăm crearea suferinţei?

1. Aseară ai spus că, doar schimbând exteriorul, interiorul rămâne neschimbat, netransformat. Dar nu este adevărat că mâncarea potrivită, somnul corect, acţiunile corecte şi comportarea corectă reprezintă şi acestea nişte factori importanţi pentru transformarea interioară? Nu este o greşeală să fie complet ignorat exteriorul?

Exteriorul nu poate schimba interiorul, dar poate ajuta la aceasta sau poate să facă chiar rău, să fie un obstacol. Exteriorul poate crea o situaţie în care interiorul să poată exploda mai uşor. Trebuie ţinut minte următorul lucru: transformarea exterioară nu este şi interioară. Chiar dacă ai făcut foarte mult pentru a crea situaţia favorabilă, interiorul nu va exploda. Situaţia este necesară, ajutătoare, dar nu este transformarea însăşi. Şi toţi cei care se implică cu exteriorul…

Exteriorul este un fenomen vast. Poţi continua să schimbi tot felul de lucruri timp de vieţi întregi şi totuşi să nu fii deloc satisfăcut, ceva tot va mai rămâne de schimbat, deoarece până când interiorul nu se transformă, exteriorul nu poate fi niciodată perfect. Poţi să-l lustruieşti, să-l schimbi, să-l condiţionezi, dar nu te vei simţi niciodată satisfăcut. Nu vei ajunge niciodată la o situaţie în care să simţi: „Acum terenul este pregătit”. Mulţi şi-au irosit vieţile.

Dacă mintea ta devine obsedată de exterior – de mâncare, de haine, de comportament… Nu spun să le neglijezi. Nu, ceea ce spun este să nu fii obsedat de ele. Acestea te pot ajuta, dar pot deveni şi mari obstacole, dacă

mintea devine obsedată de ele. Atunci doar vei amâna totul. Şi poţi continua să schimbi exteriorul, iar interiorul nici măcar să nu fie atins, el va rămâne acelaşi.

Poate că ai auzit de o veche fabulă indiană. În *Panchatantra* se afirmă că unui şoarece îi era mereu frică de o pisică.

El nu mai putea dormi deoarece începea să viseze pisica şi începea să tremure. Un magician, din milă pentru bietul şoarece, l-a transformat pe acesta într-o pisică. Exteriorul a fost schimbat, dar acum şoarecele din pisică a început să se teamă de câine. Anxietatea era aceeaşi; doar obiectul s-a schimbat. Mai înainte era pisica, acum este câinele. Frica a continuat să rămână în acelaşi loc, visele, coşmarurile încă existau.

Atunci magicianul l-a transformat într-un câine. Dar imediat, acesta a început să se teamă de tigru, deoarece şoarecele din interior era acelaşi, El nu se schimbase, doar corpurile erau diferite. Frica şi anxietăţile sale au rămas în continuare acolo. Aşa că magicianul l-a transformat într-un tigru. Imediat acesta însă a început să se teamă de vânător şi atunci magicianul i-a spus: „Acum fii din nou un şoarece; eu pot să-ţi schimb corpurile, dar nu te pot schimba pe tine. Tu ai o inimă de şoarece, ce pot face? – o inimă de şoarece!”

Poţi continua să transformi exteriorul, dar inima de şoarece rămâne aceeaşi. Şi această inimă este cea care creează problemele. Forma se va schimba, dar substanţa va rămâne aceeaşi. Şi nu este nicio diferenţă în faptul că te temi de o pisică sau de un tigru. Problema nu este de cine te temi, ci faptul că o faci.

Eu pun accentul pe faptul că trebuie să fii conştient că efortul tău exterior nu trebuie să devină un substituent pentru transformarea interioară… acesta este un lucru. Foloseşte-te de orice ajutor posibil. Este bine să ai o mâncare potrivită, dar este un non-sens şi o nebunie să fii obsedat de mâncare. Este bine să ai o comportare potrivită, dar este nevrotic să devii obsedat de ea. Nu trebuie să devii obsedat de nimic.

În dia, există multe secte de sannyasini care sunt obsedaţi de mâncare. Toată ziua ei nu se gândesc decât la mâncare: ce să mănânce şi ce să nu mănânce; cine să prepare mâncarea şi cine nu trebuie să o prepare. Odată călătoream împreună cu un astfel de sannyasin. Nu lua cu el decât lapte, dar numai lapte de vacă şi numai lapte de la vaci albe; altminteri stătea fără să mănânce.

Ţine minte: interiorul este important, el este cel mai semnificativ. Exteriorul este ajutător, este bun, dar nu trebuie să devină atât de important încât să uiţi de interior. Interiorul trebuie să rămână centrul, iar exteriorul, dacă este posibil, poate fi transformat dacă te ajută la ceva.

Nu îl ignora total. Nu este nicio nevoie să-l ignori, deoarece şi el face parte din interior. Nu este ceva opus, contrar interiorului; el nu este ceva impus ţie – eşti chiar tu. Dar interiorul este centrul şi exteriorul este periferia. Deci acordă-i atâta importanţă cât merită să fie acordată unei periferii, unei circumferinţe, unei margini – nu aceasta este casa. Deci ai grijă de ea, dar nu deveni obsedat de ea.

Mintea noastră încearcă întotdeauna să evadeze, să găsească scuze.

Dacă începe să te preocupe mâncarea, sexul, hainele, corpul, atunci mintea va fi liniştită deoarece acum tu nu te îndrepţi spre interior. Acum nu mai este nevoie să schimbi sau să distrugi mintea. Ea poate exista în continuare, preocupă-te de schimbarea hranei. Poţi mânca una, alta – astfel, aceeaşi minte poate trăi în continuare. Doar când te îndrepţi spre interior… cu cât pătrunzi mai înăuntru cu atât mai mult această minte va înceta să mai existe. Calea interioară este calea non-minţii.

Mintea va începe să se teamă. Ea va începe să caute nişte scăpări – ceva prin care să acţionezi în exterior. Atunci ea poate exista. Ceea ce faci nu are importanţă – ea va încerca să existe, să poată trăi mai departe şi poate găsi multe căi prin care să rămână la fel. Iar uneori, când te lupţi cu exteriorul, ea poate face nişte schimbări care să fie foarte periculoase. Şi atunci, în loc să te ajuţi, te vei

împiedica mai rău.

Am auzit că Mulla Nasruddin a căzut pe scări. Piciorul i s-a fracturat şi i-a fost pus în gips. I s-a spus să nu urce sau să coboare pe scări timp de trei luni. După trei luni el s-a dus la doctor şi acesta i-a dat jos gipsul. Mulla l-a întrebat: „Acum pot să urc şi să cobor scările?”

Doctorul i-a spus: „Da, acum poţi. Totul este în regulă”.

Mulla a spus: „Doctore, acum sunt atât de fericit. Nici nu îţi poţi da seama cât de fericit sunt. A fost atât de dificil şi de ciudat să urc mereu în tot acest timp pe burlan. Timp de trei luni am urcat şi coborât mereu pe burlan – toţi vecinii râdeau de mine. Însă tu mi-ai spus să nu urc pe scări şi a trebuit să săsesc o altă cale.

Acelaşi lucru îl face oricine. Dacă o cale este blocată, atunci va apărea imediat o perversiune. Iar tu nu cunoşti căile minţii – acestea sunt foarte subtile şi viclene. Mulţi vin şi îmi povestesc problemele lor. Par a fi foarte serioase, dar nu sunt. Undeva în adânc este ascuns altceva, iar până când acest altceva nu este cunoscut, nu este depăşit, problema continua să existe. Ea doar îşi va schimba forma.

Cineva fumează prea mult şi vrea să se lase. Dar nu fumatul în sine este problema, ci altceva. Poţi opri fumatul, dar problema adevărată va rămâne şi va răbufni într-un alt mod. Când fumezi? Când eşti nervos începi să fumezi şi acesta te ajută. Te simţi mai relaxat, mai încrezător în tine.

Doar prin oprirea fumatului nervozitatea ta nu va dispare. Te vei simţi în continuare nervos; va apărea apoi şi anxietatea. Atunci vei începe să faci altceva. Şi poţi găsi un substituent mult mai frumos; va părea cu totul diferit.

Poţi face orice. În loc de fumat poţi repeta o mantră şi ori de câte ori te simţi nervos vei spune: „Rama, Rama, Rama” – sau orice altceva.

Ce faci când fumezi? Seamănă cât de cât cu practicarea unei mantre. Inspiri şi expiri fumul – este un lucru repetativ. Datorită acestei repetări te simţi relaxat. Dar repetă orice altceva şi vei vedea că te simţi la fel. Însă dacă repeţi o mantra: „Rama, Rama, Rama” – nimeni nu va

mai spune că faci un lucru rău. Şi problema este aceeaşi.

Problema nu s-a schimbat: doar tu ai schimbat şmecheria, trucul. Mai înainte o făceai prin fumat, acum o faci prin cuvinte. Orice repetare va ajuta; chiar cu un lucru fără sens, doar va trebui să-l repeţi continuu. Când repeţi te relaxezi, deoarece repetiţia creează un fel de plictiseală. Plictiseala este relaxantă. Poţi folosi orice care să creeze plictiseală.

Dacă fumezi toţi vor spune că faci ceva rău, iar dacă repeţi o man tra nu va spune nimeni că este un lucru rău. Însă dacă vei încerca să ascunzi problema prin altceva, îţi spun că este ceva mai periculos decât fumatul, deoarece când fumai erai conştient că era ceva rău. Acum prin repetarea mantrei nu mai eşti conştient şi această boală a inconştienţei este mult mai periculoasă şi mai dăunătoare.

La suprafaţă poţi face orice, dar nu se va întâmpla nimic dacă nu schimbi rădăcinile din adâncime. Ţine minte următorul lucru privitor la exterior: fii conştient de el şi pleacă de la suprafaţă spre rădăcini şi găseşte cauza – de ce eşti nervos? Mănânci prea mult. Poţi înceta acest lucru; te poţi forţa să nu mai mănânci mult. Dar de ce mănânci prea mult? De ce? Aceasta nu mai este o cerinţă a corpului, deci undeva anume există interferenţa minţii. Trebuie făcut ceva cu mintea, nu cu corpul. De ce continui să te îndopi?

Aceasta este o nevoie de iubire. Dacă nu eşti iubit, vei mânca mai mult. Dacă eşti iubit şi poţi iubi, vei mânca mai puţin. Când cineva te iubeşte nu poţi mânca mult. Iubirea te umple atât de mult încât nu te mai simţi gol. Când nu există iubire, te vei simţi gol; trebuie să îndeşi ceva înăuntru – şi vei începe să mănânci.

Există anumite motive: la început, un copil întâlneşte simultan şi iubirea şi hrana. De la acelaşi sân, de la aceeaşi mamă el primeşte hrană şi iubire – astfel hrana şi iubirea devin asociate. Dacă mama este iubitoare, copilul nu va mânca mult lapte. Nu este nevoie. El este sigur de iubirea care îi este dată; el ştie că ori de câte ori va fi nevoie mama – laptele, hrana – va veni la el. El se simte în

siguranţă. Dar dacă mama nu este iubitoare, el se va simţi în nesiguranţă. Atunci nu va şti dacă mama îi va asigura hrana, deoarece acolo nu există iubire. Şi astfel va începe să mănânce mai mult. Acest lucru va continua şi va deveni o rădăcină inconştientă.

Deci poţi continua să-ţi schimbi mâncarea – să mănânci sau să nu mănânci ceva anume – dar acest lucru nu va conta, deoarece cauza fundamentală va exista în continuare. Atunci vei începe să nu mai mănânci mult, dar te vei îndopa cu alte lucruri. Şi există multe căi. Dacă nu mai mănânci poţi să începi să acumulezi bani, astfel te vei umple cu altceva: te vei îndopa cu bani.

Observă acest lucru în profunzime şi vei vedea că o persoană care acumulează bani nu iubeşte niciodată. Nici nu o poate face, deoarece banii sunt deja un substituent al iubirii. Acum, având bani, se simte în siguranţă.

Când eşti iubit nu există nesiguranţă; în iubire toate fricile dispar. În iubire nu există trecut şi viitor. Momentul acesta va fi de ajuns, chiar această clipă este eternitatea. Tu eşti acceptat. Nu mai există nicio teamă a zilei de mâine – în iubire nu mai există mâine.

Însă dacă iubirea nu există, atunci există ziua de mâine. Ce se va întâmpla? Trebuie să acumulezi bani, deoarece nu te poţi încrede în nicio persoană. Trebuie să te bazezi pe lucruri, pe bani şi bogăţii. Există oameni care spun: „Donează-ţi banii. Nu acumula bani. Fii detaşat de bani”. Dar este ceva superficial, deoarece nevoia interioară va rămâne aceeaşi – şi atunci vei începe să acumulezi altceva.

Stopează o cale de acces şi se va deschide alta – şi acest lucru va continua la infinit, dacă nu distrugi rădăcinile. Deci, nu fi prea preocupat de exterior. Fii conştient de cum se manifestă personalitatea ta exterioară. Fii atent la ea şi de la periferie îndreptă-te spre rădăcini, pentru a găsi cauza acolo. Orice ar fi, du-te spre rădăcini, iar odată ce ai descoperit rădăcinile… Ţine minte următoarea lege: rădăcinile nu pot exista decât în întuneric – nu numai rădăcinile unui copac, ci orice fel de

rădăcini. Ele nu pot exista decât în întuneric şi odată ce sunt aduse la lumină, ele mor.

Fii atent la periferie şi apoi sapă în profunzime până ajungi la rădăcini, după care pune-le în lumina conştiinţei. Când ai ajuns la rădăcină, aceasta va dispărea. Tu nu trebuie să faci nimic. Acum acţionezi în necunoştinţă de cauză. O problemă bine înţeleasă, dispare. Corecta înţelegere a unei probleme devine chiar dispariţia ei. Acesta este primul lucru.

Al doilea lucru: orice faci este superficial; nu te afli în totalitatea ta. Aşa că nu judeca un om după acţiunile sale, deoarece o acţiune este ceva atomic, ceva mărunt. Vezi un om furios şi vei spune că acest om este plin de ură, de violenţă, de răzbunare. Dar un moment mai târziu furia dispare şi omul devine cât de iubitor se poate şi pe faţa sa apărea un nou parfum, o nouă strălucire. Furia anterioară a fost infimă. Nu judeca întregul om. Dar şi iubirea aceasta este infimă. Nu îl judeca după această iubire.

Orice ai face nu eşti tu în totalitate. Acţiunile tale rămân atomice – ele sunt o parte a ta, dar totalitatea fiinţei le transcende. Imediat poţi fi diferit. Acţiunile sau comportamentul pe care îl afişezi nu este totul. Poţi să fi fost un sfânt, dar chiar în acest moment poţi deveni un păcătos. Nimeni nu îşi va putea închipui că tu – un sfânt – puteai face un asemenea lucru. Dar poţi face orice. Nu este ceva de neconceput. Poate că până în această clipă ai fost un păcătos, dar chiar în momentul următor poţi fi exact în vers.

Ceea ce vreau eu să spun este următorul lucru: interiorul este atât de vast încât el nu poate fi judecat după exterior. Periferia ta va rămâne ca fiind ceva accidental, superficial. Voi repeta: interiorul fiinţei tale este esenţial, exteriorul rămâne ceva accidental. Deci, adu-ţi aminte că trebuie să dezvălui interiorul şi nu te lăsa încătuşat de exterior.

Încă un lucru: exteriorul aparţine întotdeauna trecutului. Este mort, deoarece orice ai făcut a trecut. El nu este niciodată viu, este veşnic mort. Interiorul este

mereu viu, el se află chiar aici şi acum. Dacă mă cunoşti – orice am zis şi am făcut – tu nu cunoşti decât trecutul meu, nu mă cunoşti pe mine. Eu sunt aici şi trăiesc. Acesta este interiorul meu şi orice cunoşti tu despre mine este doar exteriorul. Acesta este mort, nu se mai află aici.

Observă acest fapt în propria ta conştiinţă. Orice ai fi făcut aceasta nu reprezintă o încătuşare pentru tine. Nu mai este; totul este doar o amintire. Şi tu eşti mult mai mare decât aceasta. Tu ai posibilităţi infinite. A fost doar un accident făptui că eşti un sfânt sau un păcătos. A fost doar un accident faptul că eşti creştin sau hindus. Dar existenţa, fiinţa ta interioară nu este un accident; ea este esenţială.

Pune accentul pe interior – acesta este esenţial. Iar interiorul rămâne liber, el reprezintă libertatea. Exteriorul este sclavie, deoarece tu îl poţi cunoaşte doar după ce s-a petrecut şi atunci nu mai poţi face numit. Ce mai poţi face în legătură cu trecutul tău? Nu mai poate fi refăcut, nu te mai poţi întoarce înapoi – este o sclavie.

Dacă înţelegi bine acest lucru, atunci poţi înţelege şi teoria karmei, teoria acţiunii şi a reacţiunii. Această teorie – una dintre cele mai esenţiale părţi ale spiritualităţii hinduse – spune următorul lucru: până când nu depăşeşti karma, nu eşti liber; până când nu ai depăşit toate acţiunile, până când nu le transcenzi, eşti încă încătuşat şi te vei afla în sclavie. Nu da prea multă atenţie exteriorului, nu deveni obsedat de el. Foloseşte-l ca pe un ajutor, dar ţine minte mereu că tu trebuie să descoperi interiorul.

Aceste tehnici pe care le discutăm îţi arată cum să îl poţi descoperi. îţi voi mai spune încă ceva. Au existat multe tradiţii… De exemplu, una dintre cele mai importante tradiţii religioase a fost jainismul. Însă jainismul acordă prea multă atenţie exteriorului, atât de multă încât ei au uitat complet că mai există şi ceva precum meditaţia sau yoga. Ei au uitat complet de acestea.

Acum, ei sunt obsedaţi de mâncare, de haine, de somn, de orice altceva – însă nu fac niciun efort spre meditaţie. Aceasta nu înseamnă că în tradiţia lor nu a

existat meditaţia – nicio tradiţie religioasă nu poate apărea fără meditaţie – dar ei au devenit obsedaţi prea mult de exterior. Acesta a devenit atât de important încât au uitat complet de faptul că situaţia exterioară există doar pentru ajutor şi că nu ea este ţelul care trebuie atins.

Ţinta ta nu este mâncarea. Ţinta ta este ceea ce eşti tu. Este bine dacă calitatea mâncării te ajută să-ţi descoperi fiinţa. Este bine. Dar dacă devii obsedat de mâncare şi de hrană, gândindu-te mereu cum să mănânci, ce să mănânci, atunci pierzi sensul. Atunci tu devii dependent de mâncare, fără să fii diferit de unul care este dependent de droguri sau alcool. Devii nevrotic, pur şi simplu înnebuneşti.

2. Nu este adevărat faptul că toate tehnicile de meditaţie sunt de fapt acţiuni care îl îndreaptă pe căutător spre fiinţa sa?

Într-un fel, da: într-un fel, mai profund, nu. Tehnicile de meditaţie sunt acţiuni, deoarece tu eşti îndemnat *să faci* ceva. Chiar şi a medita înseamnă să faci ceva, chiar şi a sta tăcut şi să nu faci nimic înseamnă de fapt să faci ceva. Deci, la o privire superficială, tehnicile de meditaţie sunt nişte acţiuni. Dar într-un sens mai profund nu sunt acţiuni, deoarece când reuşeşti să le practici, acţiunea dispare.

Doar la început apar ca fiind un efort. Când reuşeşti să pătrunzi în ele, efortul dispare şi totul devine spontan şi fără efort – atunci ele nu mai sunt nişte acţiuni. Nu mai este necesar să faci niciun fel de efort. Totul devine asemănător respiraţiei – curge. Însă la început, va fi nevoie de efort, deoarece mintea nu poate face nimic care să nu necesite un oarecare efort. Dacă îi spui să facă ceva fără să depună niciun fel de efort, atunci totul va părea absurd.

În zen, unde se pune mult accent pe non-efort, maestrul îi spune discipolului: „Doar stai. Nu face nimic” şi el încearcă. Bineînţeles, ce ai putea face altceva decât să încerci? Discipolul încearcă să stea şi să nu facă nimic, dar maestrul vine şi îl loveşte cu băţul în cap spunându-i: „Nu face aceasta! Eu nu ţi-am spus să încerci să stai, deoarece

şi acest lucru înseamnă tot un efort. Nu încerca să nu faci nimic, deoarece şi aceasta este tot o acţiune. Doar stai!”

Dacă îţi spun doar să stai, ce vei face? Vei încerca să stai, dar aceasta va transforma şederea într-un efort: vei sta, dar vei fi încordat. Tu nu poţi doar să stai. Pare ciudat, dar în momentul în care încerci doar să exişti, deja totul a devenit complicat. Chiar efortul pe care îl faci de a sta – pur şi simplu – transformă acest fapt banal în ceva complex. Deci, ce-i de făcut?

Astfel, anii trec şi discipolul continuă să încerce să fie inactiv, iar maestrul îl dojeneşte mereu că nu face ceea ce trebuie. El va continua să încerce să stea şi va da greş, deoarece acolo este prezent efortul. Iar un discipol nu-l poate păcăli pe maestru. Dar într-o zi, continuând cu răbdare, chiar şi această conştientizare de a sta, va dispărea. Într-o zi el doar va sta – precum un copac sau o piatră – fără să mai facă nimic. Şi atunci maestrul îi va spune: „Aceasta este poziţia potrivită. Acum ai reuşit. Acum ţine minte: aceasta este postura în care să stai”. Dar pentru a ajunge la non-efort este necesară multă răbdare şi un îndelungat efort.

La început, va exista un efort, o acţiune, dar acesta nu va fi decât un efort necesar. Însă trebuie să ţii minte mereu: tu trebuie să îl depăşeşti. Apoi va trebui să vină un moment când nu mai trebuie să faci nimic pentru a medita – doar vei sta şi ea va apărea; doar vei sta sau vei merge şi va apărea; fără să faci nimic, doar să fii conştient.

Toate aceste tehnici te vor ajuta să ajungi la un moment în care să nu mai existe niciun fel de efort.

Transformarea interioară, realizarea interioară nu poate apărea prin efort deoarece efortul este tot un fel de tensiune. Prin efort, tu nu poţi fi niciodată pe deplin relaxat; efortul va deveni o barieră. Şi cu acest fundal în minte, dacă continui să faci acest efort, încet-încet vei putea să renunţi la el.

Este la fel ca înotul. La început, când înveţi, va trebui să depui un efort – însă doar la început. Odată ce l-ai simţit, odată ce ştii ce este, efortul va dispărea; atunci vei

putea să înoţi fără să faci efort. Şi nici chiar un înotător foarte bun nu poate spune ce este înotul, ce anume face el când înoată. Nu îţi poate spune ce anume face el când înoată. Şi, de fapt, nu face nimic. Pur şi simplu îşi permite să fie într-o profundă legătură afectuoasă cu apa, cu râul. Nu face nimic. Iar dacă încă face ceva, atunci el nu este încă un înotător experimentat – încă este un amator, încă mai învaţă, încă mai încearcă să facă ceva.

O să îţi spun o anecdodtă. În Burma, unui călugăr budist i se spusese să dea templului un nou aspect, în special porţii. El avea un discipol foarte talentat şi i-a spus acestuia să stea lângă el şi să îi spună dacă îi place sau nu ceea ce face maestrul său. Maestrul i-a spus: „Voi trimite proiectul doar atunci când ţie îţi va plăcea. Dacă vei spune nu, îl voi arunca şi voi face altul”.

Aşa au fost create sute de proiecte. Trecuseră trei luni de zile, chiar şi maestrul începuse să se teamă, dar el îşi dăduse cuvântul şi acum trebuia să şi-l ţină. Maestru crea un nou design, discipolul îl vedea şi spunea că nu îi este pe plac. Trebuia să înceapă altul.

Într-o zi, cerneala era pe consumate şi maestrul i-a spus: „Du-te şi mai adu cerneală”. Discipolul a plecat. Atunci maestrul a uitat de discipol, de prezenţa discipolului şi a făcut totul fără niciun fel de efort. Prezenţa discipolului era problema. În mintea sa exista constant ideea că discipolul îl judeca; el se gândea mereu că acestuia putea să nu-i placă proiectul, lucru pentru care ar fi trebuit să înceapă altul. Acest gând a creat o teamă şi din această cauză maestrul nu mai putea fi spontan.

Discipolul plecase şi când s-a întors a spus: „Este minunat! De ce nu ai putut să-l faci la fel până acum?”

Maestrul i-a răspuns: „Acum înţeleg de ce nu am putut – deoarece tu erai aici. Datorită prezenţei tale eu făceam un efort prin care să îţi câştig aprobarea. Efortul distrugea totul. Eu nu puteam fi natural, nu putem curge, din cauza ta eu nu puteam uita de mine”.

Ori de câte ori meditezi, trebuie să fii conştient. Chiar un mic efort, chiar ideea de a reuşi în practica ei, va

constitui o barieră. Fă-o, dar fii conştient de ea. Va veni o zi… doar prin răbdare va veni o zi în care efortul nu mai există. Atunci tu nu vei mai fi acolo, doar meditaţia este. Poate dura mult timp. Nu se poate spune dinainte când se va întâmpla. Predictibile sunt numai faptele care necesită un efort – se poate spune că după un timp vei ajunge undeva anume.

Dar meditaţia va reuşi doar când vei deveni fără efort. De aceea nu se poate prezice nimic, nu se poate spune nimic despre clipa când o vei realiza. Poţi reuşi chiar în acest moment sau poţi să nu realizezi nimic vieţi întregi.

Totul atârnă de un singur fir: când efortul dispare şi tu devii spontan, când meditaţia ta nu este un act, ci devine fiinţa ta, când meditaţia este precum iubirea…

Nu poţi face nimic în privinţa iubirii. Sau poţi? Dacă faci ceva, o falsifici. Va deveni artificială şi nu va pătrunde în adâncuri. Nu te vei afla în ea. Va deveni doar o acţiune. Iubirea *este* – tu nu poţi face nimic în privinţa ei. De asemenea, tu nu poţi face nimic nici în privinţa meditaţiei. Dar eu nu vreau să spun să nu faci nimic, deoarece vei rămâne aşa cum eşti. Va trebui să faci ceva, dar totodată să fii perfect conştient că prin acţiune nu vei ajunge la nimic. Acţiunea va fi necesară doar la început. Nu poţi renunţa la ea; trebuie să treci prin ea, dar trebuie să o depăşeşti şi să atingi curgerea fără efort.

Drumul este dificil şi foarte contradictoriu. Nu poţi găsi ceva mai contradictoriu decât meditaţia – deoarece ea trebuie începută cu un efort şi apoi se ajunge la non-efort. Dar se întâmplă. Poate că, în mod logic, nu poţi realiza cum se întâmplă acest lucru, dar în experienţă se întâmplă. Va veni o zi în care vei fi sătul de efort. El va dispărea.

La fel s-a întâmplat şi cu Buddha. Timp de şase ani el a făcut orice efort posibil. Nicio fiinţă umană nu a fost atât de obsedată de iluminare. El a făcut tot ce se putea face. A mers de la un maestru la altul şi făcea perfect tot ce îl învăţau maeştrii. Iată problema – niciun maestru nu îi spunea: „Nu faci bine ceea ce faci. De aceea nu ajungi

acolo unde vrei” Dar era imposibil pentru fiecare maestru să-i spună aşa ceva, deoarece el făcea totul chiar mai bine decât ei. Şi maeştrii îi spuneau: „Atât am putut să te învăţăm. Mai mult de atât nu ştim nici noi, aşa că du-te în altă parte”.

Era un discipol periculos – şi numai discipolii periculoşi ating realizarea. El a studiat tot ce era posibil. Tot ce i se spunea, el practica – şi o făcea în mod absolut – aşa cum i s-a spus. Apoi, venea la maestru şi spunea: „Am făcut ce mi-ai spus, dar nu s-a întâmplat nimic. Acum ce să mai fac?”

Maeştrii îi spuneau: „Du-te în altă parte. În Himalaya trăieşte un maestru renumit – du-te acolo”. Sau îi spuneau: „Într-o pădure anume este un maestru mai bun – du-te acolo. Noi nu ştim mai mult de atât”.

S-a plimbat astfel timp de şase ani. El a făcut tot ce era uman posibil până când s-a săturat. Acum totul îi părea fără rost, fără sens. Într-o noapte, a renunţat la toate eforturile sale. S-a aşezat sub un copac bodhi şi a spus:

„Acum s-a terminat totul. În lume nu am găsit nimic, iar acum nu am descoperit nici în spiritualitate ceea ce am dorit. Acum nu mai am de făcut nimic.

Totul s-a terminat – nu numai cu lumea aceasta, dar şi cu cealaltă lume”. Brusc, atunci toate eforturile au dispărut. Era gol. Deoarece atunci când nu mai ai nimic de făcut, mintea nu se poate mişca. Ea se mişcă doar pentru că există ceva de făcut – o motivaţie, un scop, un ţel. Mintea se mişcă deoarece există ceva de atins în viitor. Dacă nu astăzi, atunci mâine, însă acolo există posibilitatea de a ajunge la ceva anume – astfel, mintea se mişcă.

*

În acea noapte Buddha a ajuns la un punct mort. În chiar acea clipă el a murit, deoarece viitorul dispăruse. Nu mai avea nimic de atins şi până acum nu ajunsese la nimic – „Am făcut totul. Întreaga lume este lipsită de sens şi întreaga existenţă este un coşmar” Nu numai lumea materială devenise zadarnică, ci şi cea spirituală. Atunci el

s-a relaxat. Nu a făcut ceva anume pentru a se relaxa – acest fapt trebuie bine înţeles: el nu mai avea nimic pentru care să se încordeze şi atunci s-a relaxat. Nu a făcut un efort pentru relaxare.

Sub acel copac – *bodhi* – el nu încerca să se relaxeze. Acolo nu mai exista nimic de făcut, nimic pentru care să te agiţi, nu mai exista nicio dorinţă, niciun viitor şi nicio speranţă. În acea noapte nu mai avea absolut nicio speranţă – relaxarea a apărut. Tu nu te poţi relaxa deoarece acolo încă mai există câte ceva de atins sau realizat. Acest lucru continuă să agite mintea şi astfel continui să te învârţi – te roteşti în jurul aceluiaşi punct. Brusc această rotire s-a oprit, roata s-a oprit – Buddha s-a relaxat şi a adormit.

Dimineaţa, când s-a trezit, tocmai apunea ultima stea. El a privit cum apunea acea ultimă stea şi odată cu aceasta a dispărut şi el – a devenit iluminat. Apoi oamenii au început să se întrebe: „Cum de-ai atins? Cum? Prin ce metodă?”

Acum poţi înţelege dificultatea în care era el. Dacă spunea că a atins-o prin vreo metodă era greşit, deoarece el a atins-o atunci când nu a mai existat niciun fel de metodă. Dacă spunea că a atins-o prin efort, era tot greşit, deoarece a atins doar când acolo nu a mai existat niciun fel de efort, însă dacă spunea: „Nu trebuie făcut niciun fel de efort şi o vei atinge” – atunci de asemenea era greşit, pentru că lui i-au trebuit şase ani plini de eforturi ca să ajungă la ea. Fără acel efort epuizant efectuat timp de şase ani nu ar fi ajuns la această stare de non-efort. Doar datorită acelui efort nebunesc a ajuns la o saturaţie din care nu mai avea unde să meargă, a ajuns la vârf; atunci s-a relaxat şi a căzut în vale.

Acest lucru trebuie ţinut minte din mai multe motive. Efortul spiritual este fenomenul cel mai contradictoriu. Efortul trebuie făcut, dar având conştientizarea faptului că prin el nu se poate atinge nimic. Efortul trebuie făcut doar pentru a atinge non-efortul. Şi nu îţi diminua efortul pe care îl faci, pentru că dacă o faci, nu vei ajunge niciodată

la relaxarea la care a ajuns Buddha. Continuă să faci orice fel de efort şi astfel, în mod automat, va veni o clipă în care prin efort îţi va apărea relaxarea.

De exemplu, după cum văd eu, în Occident punctul principal îl constituie ego-ul: întregul efort occidental a fost îndreptat doar spre satisfacerea şi dezvoltarea ego-ului, a personalităţii. În Orient, întregul efort a fost îndreptat spre atingerea non-ego-ului, cum să nu mai existi ca ego. Acum iată şi contradicţia: dacă nu ai un ego foarte puternic nu te poţi preda, nu te poţi pierde pe tine. Te poţi pierde sau preda doar dacă ai un ego foarte clar şi bine definit. Altminteri nu te poţi dărui. Cine o poate face? Pentru mine, ambele se află în suferinţă – şi Orientul, şi Occidentul. În Orient a fost ales non-ego-ul, care este partea finală, dar aici lipseşte începutul.

Cine va preda ego-ul? Vârful nu există, deci cine va crea valea? Valea se creează doar în jurul unui vârf. Cu cât este mai mare vârful, cu atât este mai adâncă valea. Dacă nu ai un ego sau dacă ai un ego călduţ, atunci această predare nu va fi posibilă – sau predarea ta va fi tot călduţă, va fi undeva la mijloc. Acolo nu se va întâmpla nimic; nu va exista nicio explozie.

Însă în Occident se pune accentul pe început, pe ego. Poţi continua să îţi dezvolţi ego-ul, dar acest lucru va crea din ce în ce mai multă anxietate. Iar când ai creat-o cu adevărat, nu mai ştii ce să faci cu ea, deoarece acolo nu există partea finală.

Pentru mine, căutarea spirituală înseamnă ambele. Creează un vârf foarte înalt, un ego perfect, doar ca apoi să îl poţi dizolva. Pare ceva absurd – îl faci pentru a-l pierde, pentru a-l dizolva. Dar nu poţi pierde ceva ce nu ai. Deci, în viziunea mea, umanitatea trebuie să se antreneze pentru ambele: orice om trebuie ajutat să îşi creeze un ego perfect – dar acesta este doar jumătate de drum – şi apoi, trebuie ajutat să îl piardă.

Cu cât este mai înalt vârful, cu atât este mai adâncă valea. Cu cât este mai mare ego-ul, cu atât mai adâncă va fi predarea. Şi acest lucru est e la fel pentru orice altceva.

Însă pe calea spirituală, nu trebuie să uiţi această continuă contradicţie. Nu o uita nici chiar pentru un singur moment. Devino perfect egoist, astfel ca să poţi apoi să te predai, să te poţi topi, dizolva. Depune orice efort posibil pentru a atinge un punct în care efortul te părăseşte şi devii liber, spontan şi lipsit de efort.

3. Ieri seară ai afirmat că, cu cât se dezvoltă mintea mai mult, cu atât mai mult cunoaştem faptul că natura ei este confuzia. Dar nu este adevărat că această dezvoltare a minţii ne conduce şi spre claritate?

Orice aş fi spus este legat de aceasta.

Da, conduce spre claritate, deoarece doar printr-o minte foarte matură devii conştient că eşti confuz. Pentru a deveni conştient de aceasta este nevoie de o minte foarte dezvoltată. Cei care nu sunt conştienţi de faptul că mintea lor este confuzia însăşi, nu au o minte matură. Doar o minte foarte matură poate deveni conştientă de calitatea adevărată a minţii – că ea este confuzia. Şi doar când ai dezvoltat mintea este posibilă meditaţia, deoarece meditaţia este opusul ei.

Meditaţia înseamnă non-minte. Însă cum poţi ajunge la non-minte dacă nu ai minte? Mai întâi trebuie să faci rost de o minte pe care apoi să o abandonezi. Şi să nu crezi că acum nu mai trebuie să te bazezi pe minte dacă finalul necesită o non-minte – deoarece fără o minte dezvoltată, finalul nu ţi se va revela. Acesta nu poate apărea decât dacă acolo există mintea. Eu nu sunt împotriva minţii sau a intelectului. Eu, de fapt, nu sunt împotriva a nimic. Accept orice, deoarece totul poate fi folosit pentru a atinge opusul.

Există o polaritate şi polul opus nu poate fi atins dacă această polaritate nu există. Un nebun nu poate medita. De ce? Pentru că nu are minte. Însă această non-minte nu este la fel ca cea a unui Buddha. Non-mintea poate avea două dimensiuni: inferioară sau superioară minţii. Poţi cădea mai jos de minte: mintea nu mai există, dar nu înseamnă că aceasta este meditaţia.

Trebuie să ajungi mai sus de minte şi doar atunci ai

atins non-mintea unui buddha. Şi trebuie să îţi aminteşti mereu acest lucru, deoarece ele sunt foarte similare şi poţi înţelege totul greşit. Acestea sunt similare.

De exemplu, un copil este inocent. Un sfânt este inocent, un Iisus, un Krishna dar inocenţa lor nu este copilărească. Aceasta este ca aceea a unui copil, dar nu este copilărească: un copil este inocent deoarece el este ignorant. Este ignorant în sens negativ, este doar o absenţă. Mai devreme sau mai târziu el va erupe; este un vulcan ce aşteaptă să erupă. Această inocenţă este doar ca liniştea dinaintea erupţiei, ca liniştea dinaintea furtunii.

Un sfânt a trecut dincolo. Erupţia a trecut; vulcanul este din nou liniştit. Dar această tăcere este diferită. Prima tăcere era foarte pregnantă, ceva era prezent acolo. Tăcerea se afla doar la suprafaţă; în adâncuri copilul se pregătea să erupă. Sfântul a trecut de această tul burare. Ciclonul a trecut. Această tăcere, această inocenţă pare similară cu cea a copilului, dar este totuşi o mare diferenţă între ele.

Uneori un idiot poate apărea ca fiind un sfânt. Şi, într-un anume sens, idioţii sunt precum sfinţii ei nu se prefac. Pentru a înşela, pentru a păcăli ai nevoie de inteligenţă. Ei nu sunt calculaţi, pentru aceasta este nevoie de minte. Ei sunt inocenţi, sunt simpli, nu sunt vicleni. Nu pot păcăli pe nimeni, însă nu înseamnă că ei nu ar vrea să păcălească; dar nu o pot face. Nu au capacitatea. Ei arată precum sfinţii, iar uneori sfinţii arată ca nişte nebuni – acolo s-a întâmplat acelaşi lucru, dar într-o dimensiune total diferită.

Poţi cădea mai jos de minte şi acolo va apărea tot non – mintea. Dar aceasta nu este meditaţia; acum tu ai pierdut până şi acea minte care putea deveni un pas spre meditaţie. Eu nu sunt împotriva minţii. Dezvoltă-ţi mintea, intelectul, dar ţine bine minte – acestea nu sunt decât nişte instrumente pe care va trebui să le arunci, să le uiţi. Mintea trebuie folosită la fel ca o barcă. După ce ajungi pe malul celălalt părăseşti barca. Acolo vei uita complet de ea.

4. Noi simţim adesea cum ne creăm propriile suferinţe. În ciuda acestui lucru, totuşi continuăm să le creăm. De ce? Când şi cum un om nu îşi va mai crea propria sa suferinţă?

Primul şi cel mai fundamental lucru care trebuie înţeles este faptul că atunci când spui: „Noi simţim adesea că ne creăm propriile suferinţe” – nu este adevărat. Tu nu simţi niciodată că eşti creatorul propriei tale suferinţe. Poate că doar crezi asta, pentru că ai fost învăţat aşa; timp de secole maeştrii au spus mereu că tu eşti cel care îţi creezi suferinţa, nimeni altul nu o face.

Ai auzit sau poate ai citit de acest lucru. A intrat în sângele tău, a devenit o condiţionare inconştientă şi de aceea uneori aceasta este repetată papagaliceşte: „Noi ne creăm propriile suferinţe”. Dar tu nu simţi aceasta, nu este realizarea ta, pentru că dacă ar fi, atunci nu ar mai fi posibil celălalt lucru. Atunci nu mai poţi spune: „Şi cu toate acestea, de ce mai continuăm să o creăm?”

Când simţi cu adevărat că tu eşti creatorul suferinţei tale, atunci te poţi opri în orice moment – dacă nu îţi face plăcere. Dar poate să-ţi facă plăcere, dacă eşti masochist. Atunci totul este în regulă. Dacă poţi spune: „Mie îmi place suferinţa pe care o produc” – atunci este în regulă, o poţi crea mai departe. Dacă însă spui: „Sufăr şi vreau să o depăşesc. Vreau să o opresc – şi am înţeles că eu sunt cel care o creez” atunci tu nu ai înţeles nimic, ci doar vorbeşti din ceea ce ai auzit.

Socrate a spus: cunoaşterea este virtute. Iar această afirmaţie a fost dezbătută timp de două mii de ani dacă este sau nu corectă. Socrate spune că odată ce cunoşti ceva, nu mai poţi face contrariul. Când ştii că furia înseamnă suferinţă, atunci nu mai poţi fi furios. Iată mesajul său – cunoaşterea este o virtute. Nu poţi spune: „Ştiu că furia este ceva rău; totuşi o continui. Ce să fac?” Socrate spune că, de fapt, tu nu cunoşti faptul că furia este rea – de aceea o continui. Dacă ai cunoaşte, atunci nu ai mai putea să o faci. Cum poţi să faci ceva împotriva cunoaşterii pe care o ai?

Eu ştiu că dacă îmi bag mâna în foc, mă voi răni. Dacă ştiu acest lucru nu îl mai pot face. Dar dacă îmi spune altcineva acest lucru sau dacă citesc sau ascult despre scripturile vreunei tradiţii anume că focul mă va arde, iar eu nu am cunoscut cu adevărat ce este focul, atunci voi putea să-mi bag mâna în foc – dar şi aceasta o voi face doar o singură dată.

Îţi poţi închipui aşa ceva – tu bagi mâna în foc, te arzi şi suferi iar pe urmă spui: „Ştiu că focul mă răneşte, dar cu toate acestea continui să bag mâna în foc. Ce să fac?” Cine te va crede că tu cunoşti cu adevărat acest lucru? Şi ce fel de cunoaştere este aceasta? Dacă propria ta experienţă a suferinţei provocată de arsură nu te poate opri să o mai faci, atunci nimic nu te poate opri. Acum nu mai există nicio posibilitate care să te poată opri, deoarece ai pierdut-o pe ultima. Însă nimeni nu o poate pierde, este imposibil.

Socrate are dreptate şi toţi cei care cunosc vor fi de acord cu el – acest acord are ceva foarte profund în el. Odată ce cunoşti…

Dar ţine minte cunoaşterea trebuie să fie a ta. O cunoaştere împrumutată nu va fi bună – este fără de folos. Până când aceasta nu este a ta, nu te va transforma. Experienţa altora nu este de ajutor.

Doar ai auzit că tu eşti creatorul suferinţei, dar aceasta este doar o informaţie mentală. Aceasta nu a pătruns în fiinţa ta, nu este cunoaşterea ta. Deci când discuţi despre ea o poţi face doar cerebral, dar când fenomenul apare în realitate, tu vei uita totul şi te vei comporta aşa cum ştii şi nu cum spun alţii.

Când eşti liniştit, calm, tăcut şi discuţi despre furie, atunci poţi spune că ea este o otravă, că este ceva rău. Dar când te va înfuria cineva, situaţia se schimbă. Acolo nu mai este o discuţie intelectuală chiar tu eşti implicat. Iar în momentul în care eşti implicat devii furios. Mai târziu, când te vei linişti, mintea va începe din nou să lucreze şi vei spune: „A fost ceva rău. Nu a fost bine ca eu să fac aşa ceva. Ştiu că furia nu este bună”.

Dar cine este acest „eu”? Doar intelectul, doar

mintea superficială. Tu nu cunoşti cu adevărat – deoarece când cineva te împinge spre furie, tu arunci mintea. În ceea ce priveşte discuţia este bine să comunici, dar când apare o situaţie reală doar cunoaşterea adevărată va fi de ajutor. Când nu există nicio situaţie reală poţi continua să discuţi. Şi o situaţie reală poate apărea chiar într-o discuţie asupra acestui subiect. Celălalt te poate contrazice atât de mult încât să uiţi ceea ce spui şi să te înfurii.

Cunoaşterea reală este ceea ce ţi s-a întâmplat ţie. Este propria ta experienţă – nu ai citit şi nu ai auzit nimic de ea. Atunci nu mai apare nicio întrebare, deoarece acum tu nu mai poţi acţiona împotriva ei. Însă nu înseamnă că trebuie să faci un efort ca să nu fii împotriva ei; atunci pur şi simplu nu mai poţi fi împotrivă.

Cum aş putea eu să merg prin zid când cunosc ce este acesta? Ştiu că nu pot ieşi afară decât pe uşă. Doar un orb va încerca să iasă prin zid. Eu am ochi şi cunosc ce este un zid şi ce este o uşă. Eu însă pot încerca să ies prin zid şi pot să spun: „Ştiu foarte bine unde se află uşa şi ştiu că acesta este un zid, dar cu toate acestea cum mă pot opri să nu încerc să intru prin zid?” – o asemenea întrebare demonstrează faptul că, pentru mine, uşa este falsă. Alţii mi-au spus că aceea este o uşă, dar în ceea ce mă priveşte ştiu că ea este falsă. Şi tot alţii mi-au spus că acesta este un zid, dar eu văd că uşa nu se află în zid şi, de aceea, încerc să ies prin el.

În această situaţie trebuie să faci o distincţie clară între ceea ce cunoşti tu şi ceea ce este adunat de la alţii. Nu te baza pe informaţii. Chiar dacă primeşti o informaţie dintr-o sursă foarte sigură, aceasta rămâne tot o informaţie. Chiar dacă îţi este furnizată de un buddha, ea nu este a ta şi nu te va ajuta în niciun fel. Însă poţi crede că este a ta şi această înţelegere greşită îţi va irosi energia, timpul şi viaţa.

Cel mai important lucru este să nu întrebi ce poţi face pentru a nu mai crea suferinţă.

Cu adevărat important este să cunoşti în realitate

faptul că tu eşti cel care o creează. Data viitoare, când apare o situaţie în care suferi, ţine minte să cauţi dacă tu eşti într-adevăr cauza ei. Iar dacă descoperi că eşti, ea va dispărea şi aceeaşi suferinţă nu va mai apărea niciodată – este imposibil să mai apară.

Dar să nu te amăgeşti singur. Spun acest lucru, deoarece o poţi face. Când suferi poţi spune: „Da, ştiu că eu am creat-o” – dar în adâncul tău ştii că a creat-o altcineva. Soţia sau soţul, sau oricine altcineva, a creat-o şi concluzia ta nu este decât o simplă consolare, deoarece nu poţi face nimic c. Te vei consola spunându-ţi: „Nu a creat-o nimeni, eu am creat-o şi, treptat, o voi opri”.

Cunoaşterea reală înseamnă transformare instantanee; acolo nu va mai exista acest treptat-treptat. Dacă vei înţelege cu adevărat că tu ai creat-o, ea va dispărea imediat, fără să mai apară vreodată. Dacă va apărea, acest lucru arată că înţelegerea nu a pătruns adânc. Deci nu este nicio nevoie să afli ce să faci şi cum să o opreşti. Singurul lucru necesar este doar acela de a intra înăuntru şi de a afla care este cu adevărat cauza ei.

Dacă alţii sunt cauza, atunci ea nu poate fi oprită, deoarece tu nu poţi schimba întreaga lume. Însă când tu eşti cauza, atunci ea poate fi oprită. De aceea eu insist asupra faptului că doar religia poate conduce umanitatea spre non-suferinţă şi nimic altceva – deoarece fiecare crede că suferinţa este cauzată întotdeauna de altcineva; doar religia spune că tu eşti cel care cauzează suferinţa. Deci, religia te face stăpân pe propriul tău destin. Tu eşti cauza suferinţei tale şi tot tu poţi fi cauza beatitudinii tale.